

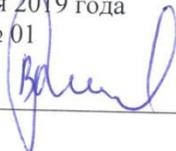


МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)

УТВЕРЖДЕНО

решением учёного совета
ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»
«05» сентября 2019 года
протокол № 01

Ректор ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»


Шляхтов В.Н.

ОСНОВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) - спортивная подготовка в избранном виде спорта: легкая атлетика, гимнастика, единоборства, спортивные игры, лыжный спорт, спортивное ориентирование/лыжный спорт и спортивное ориентирование

Квалификация выпускника – бакалавр

Формы обучения: очная, заочная

Великие Луки 2019

Оглавление

1. ЗАКЛЮЧЕНИЕ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РАБОТОДАТЕЛЕЙ	3
2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....	6
3. КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН	57
4. АННОТАЦИИ РАБОЧИХ ПРОГРАММ ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ)	3
ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ БЛОКА 1 «ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)»	3
ЧАСТЬ БЛОКА 1, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ	401
5. АННОТАЦИИ РАБОЧИХ ПРОГРАММ БЛОКА 2 «ПРАКТИКА»	827
ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ БЛОКА 2	827
УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА.....	827
ЧАСТЬ БЛОКА 2, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ	865
ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА.....	865
6. АННОТАЦИИ РАБОЧИХ ПРОГРАММ ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН	902
7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ БЛОКА 3 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ»	919
ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ БЛОКА 3	919
8. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ	957
9. РЕШЕНИЕ УЧЁНОГО СОВЕТА О ВНЕСЕНИИ ИЗМЕНЕНИЙ В ОСНОВНУЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ	958

1. ЗАКЛЮЧЕНИЕ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РАБОТОДАТЕЛЕЙ

РЕЦЕНЗИЯ и ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

представителей работодателей на основную профессиональную образовательную программу высшего образования направления подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата), (направленность (профиль) - Спортивная подготовка в избранном виде спорта), разработанную и реализуемую Федеральным государственным бюджетным образовательным учреждением высшего образования «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» (ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»)

Общая характеристика. Рецензируемая основная профессиональная образовательная программа высшего образования (ОПОП ВО) по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) (направленность - Спортивная подготовка в избранном виде спорта) представлена на официальном сайте учреждения и включает следующие основные элементы:

- ✓ общую характеристику, содержащую формы обучения (очная и заочная);
- нормативный срок освоения программы; область профессиональной деятельности и сферу профессиональной деятельности выпускников; типы задач и задачи профессиональной деятельности, которые должен быть готов решать выпускник;
- перечень универсальных (УК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций с индикаторами их достижения, которыми должен обладать выпускник в результате освоения образовательной программы; требования к условиям реализации ОПОП ВО (кадровым, финансовым, другим);
- ✓ учебный план и компетентностно-ориентированный учебный план;
- ✓ календарные учебные графики;
- ✓ рабочие программы дисциплин, модулей и практик;
- ✓ фонд оценочных средств для государственной итоговой аттестации;
- ✓ рабочую программу воспитания обучающихся.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 940. ОПОП ВО утверждена в 2019 году. Заявленные в ОПОП ВО профессиональные компетенции являются актуальными и востребованными для специалистов, призванных решать профессиональные задачи в области физической культуры и спорта, соответствуют избранному ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» Профессиональному стандарту «Тренер», соответствующему профессиональной деятельности выпускников.

Оценка структуры ОПОП ВО. Структура программы отражена в учебном плане и соответствует ФГОС ВО. Качество содержания учебного плана не вызывает сомнений. Включенные в учебный план дисциплины, модули, практики раскрывают сущность проблем, связанных с физкультурной и спортивной деятельностью по видам спорта, широко распространенным на территории Псковской области (лёгкая атлетика, гимнастика, единоборства, спортивные игры, лыжный спорт и спортивное ориентирование). Дисциплины позволяют сформировать у выпускника мировоззренческие и мотивационно-ценностные установки, направленные на

профессиональную деятельность в сфере физической культуры и спорта. Оценка дисциплин обязательной части учебного плана и части, формируемой участниками образовательных отношений, позволяют заключить, что освоение учебных дисциплин (модулей) и прохождения практик позволяет полностью сформировать у выпускника весь перечень компетенций, предусмотренных ФГОС ВО (УК, ОПК) и определённых самостоятельно (ПК) ФГБОУ «ВЛГАФК» в ОПОП ВО. Представленная ОПОП ВО предусматривает реализацию следующих видов практик – учебной и производственной, в том числе преддипломной. У ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» имеется перечень договоров с учреждениями, на базе которых реализуется данный вид деятельности обучающихся, в том числе в форме практической подготовки. Оценка программ практик позволяет отметить, что их содержание соответствует заявленным задачам профессиональной деятельности и позволяет сформировать соответствующие компетенции. Перечень учреждений, в которых обучающиеся проходят учебную и производственные практики, носит профильный для выпускника данного направления подготовки характер.

Характеристика фондов оценочных средств для промежуточной аттестации и государственной итоговой аттестации. ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» имеет нормативную и методическую документацию, регулиующую разработку и применение фондов оценочных средств для промежуточной аттестации и государственной итоговой аттестации. Анализ программ дисциплин, модулей и практик ОПОП ВО обнаружил, что при реализации программы используются разнообразные формы и процедуры текущего и промежуточного контроля успеваемости (контрольные вопросы, типовые задания для практических и лабораторных занятий, тесты, контрольные работы, перечень вопросов и практических заданий для зачетов и экзаменов), что позволяет в полном объёме адекватно оценивать результаты обучения, определять степень освоения ОПОП ВО и проводить анализ сформированности компетенций у обучающихся. Ознакомление с перечнем ежегодно утверждаемых тем выпускных квалификационных работ свидетельствует о его соответствии заявленным в ОПОП ВО области и сфере профессиональной деятельности выпускников и общим требованиям их подготовки по данной образовательной программе.

Общее заключение. Среди преимуществ рецензируемой образовательной программы следует отметить:

- ✓ её актуальность для нужд спортивных и образовательных учреждений региона;
- ✓ привлечение для реализации ОПОП ВО опытного профессорско-преподавательского состава и специалистов из числа руководителей и работников организаций, деятельность которых связана с направленностью (профилем) реализуемой программы бакалавриата;
- ✓ учет требований работодателей при формировании дисциплин части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений;
- ✓ эффективную и продуктивную организацию научно-исследовательской работы обучающихся, соответствующей современной проблематике в области физической культуры и спорта.

Таким образом, представленная основная профессиональная образовательная программа высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (направленность - Спортивная подготовка в избранном виде спорта)

способствует выходу на рынок труда конкурентоспособных бакалавров для работы в образовательных учреждениях и организациях сферы физической культуры и спорта.

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ С РАБОТОДАТЕЛЯМИ

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (направленность (профиль) - спортивная подготовка в избранном виде спорта) одобрена представителями работодателей:

Директор муниципального автономного учреждения «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс» г. Великие Луки



Поварещенков С.Н.

«03» 09 2020 г.

Директор государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Псковской области «Центр спортивной подготовки»,



Сидоров А.Б.

«03» 09 2020 г.

Заместитель директора по спортивной работе МУДО «Центр внешкольной работы» Великолукского района Псковской области



Балабко Н.П.

«03» 09 2020 г.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» (далее - ФГБОУ ВО «ВЛГАФК») реализует основную профессиональную образовательную программу высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (бакалавриат) по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 940.

2.1. Общие положения

Основная профессиональная образовательная программа по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (далее соответственно - программа бакалавриата, направление подготовки) разработана ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» с целью определения содержания программы бакалавриата.

При реализации программы бакалавриата ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» частично применяет электронное обучение, дистанционные образовательные технологии в соответствии с действующими «Положением о применении ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при осуществлении образовательной деятельности» и «Регламентом осуществления образовательной деятельности, проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации и государственной итоговой аттестации/итоговой аттестации обучающихся/слушателей с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»» (представлены на официальном сайте ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», <http://www.vlgafc.ru/>).

Электронное обучение, дистанционные образовательные технологии, применяемые при обучении инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее - инвалиды и лица с ОВЗ), предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Программа бакалавриата реализуется на государственном языке Российской Федерации.

Срок получения образования по программе бакалавриата (вне зависимости от применяемых образовательных технологий):

в очной форме обучения, включая каникулы, предоставляемые после прохождения государственной итоговой аттестации, составляет 4 года;

в заочной форме обучения увеличивается не менее чем на 6 месяцев и не более чем на 1 год по сравнению со сроком получения образования в очной форме обучения;

при обучении по индивидуальному учебному плану инвалидов и лиц с ОВЗ может быть увеличен по их заявлению не более чем на 1 год по сравнению со сроком получения образования, установленным для соответствующей формы обучения.

Объем программы бакалавриата составляет 240 зачетных единиц (далее - з.е.) вне зависимости от формы обучения, применяемых образовательных технологий, реализации программы бакалавриата с использованием сетевой формы, реализации программы бакалавриата по индивидуальному учебному плану.

Объем программы бакалавриата, реализуемый за один учебный год, составляет не более 70 з.е. вне зависимости от формы обучения, применяемых образовательных технологий, реализации программы бакалавриата по индивидуальному учебному плану (за исключением ускоренного обучения), а при ускоренном обучении - не более 80 з.е.

2.2. Определение направленности программы бакалавриата

ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» устанавливает направленность (профиль) программы бакалавриата, которая конкретизирует содержание программы бакалавриата в рамках

направления подготовки путем ориентации ее на:

следующую область профессиональной деятельности и сферу профессиональной деятельности выпускников - *05 Физическая культура и спорт (в сфере спортивной подготовки)*;

следующие типы задач профессиональной деятельности - *тренерский, научно-исследовательский*;

следующие задачи профессиональной деятельности – *разработка и реализация программ спортивной подготовки; научно-исследовательская деятельность при реализации программ спортивной подготовки.*

Профессиональный стандарт, соответствующий профессиональной деятельности выпускников:

«Тренер» (приказ Минтруда России от 28.03.2019 № 191н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер», зарегистрировано в Минюсте России 25.04.2019 N 54519), код профессионального стандарта «Тренер» - 05.003.

Выделенные обобщенные трудовые функции (далее - ОТФ), соответствующие профессиональной деятельности выпускников, на основе установленных профессиональным стандартом «Тренер» для ОТФ уровня квалификации и требований раздела «Требования к образованию и обучению»:

код	Обобщенные трудовые функции		Трудовые функции (ТФ)			Учебные дисциплины <u>обязательной части БЛОКА 1</u> , реализующие ТФ	
	наименование	уровень квалификации	наименование	код	уровень (подуровень) квалификации		
D	Подготовка занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	6	Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	D/01.6	6	Все дисциплины, формирующие ОПК-2	
			Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	D/02.6	6		-
			Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе	D/03.6	6		-

		совершенствования спортивного мастерства, высшего - спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов			
		Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	D/04.6	6	-
		Организация участия занимающегося в мероприятиях медико- биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	D/05.6	6	-

2.3. Определение требований к результатам освоения программы бакалавриата в виде универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников и индикаторов их достижения

ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» формирует следующие требования к результатам освоения программы бакалавриата в виде универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников (далее вместе - компетенции) и индикаторов их достижения¹.

Универсальные компетенции:

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	<p>УК-1.1. Знает: - понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)</p> <p>УК-1.2. Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода</p> <p>УК-1.3. Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности</p>

¹ Помимо общих индикаторов достижения компетенций, указанных в разделе 2.3, в рабочих программах дисциплин (модулей) могут при необходимости формулироваться индикаторы достижения компетенций, отражающие суть изучаемой дисциплины (модуля)

		физкультурно-спортивной деятельности
Разработка и реализация проектов	<p>УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p>	<p>УК-2.1. Знает: - требования и принципы целеполагания;- принципы и методы планирования;- виды и содержание планирования в физической культуре и спорте;- методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно- правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно- оздоровительной и спортивно-массовой работы; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования</p> <p>УК-2.2. Умеет: - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно- массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом</p> <p>УК-2.3. Имеет опыт: - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</p>
Командная работа и лидерство	<p>УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</p>	<p>УК-3.1. Знает: - функции и средства общения; - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - существенные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства</p> <p>УК-3.2. Умеет: - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать</p>

		<p>достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно- исторический, деятельностный и развивающий; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы</p> <p>УК-3.3. Имеет опыт: - решения образовательных и спортивных задач в составе команды</p>
Коммуникация	<p>УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)</p>	<p>УК-4.1. Знает: - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС</p> <p>УК-4.2. Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта</p> <p>УК-4.3. Имеет опыт: - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение,</p>

		<p>доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.</p>
<p>Межкультурное взаимодействие</p>	<p>УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>	<p>УК-5.1. Знает: - сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли;- основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры; - особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; - основные этапы и важнейшие события истории России; - роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; - геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; - роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры</p> <p>УК-5.2. Умеет: - найти в основных периодах в развитии философской мысли общее и особенное, указать специфические социально-экономические, религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности. - понимать социальную значимость</p>

		<p>профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта</p> <p>УК-5.3. Имеет опыт: - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера</p>
<p>Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)</p>	<p>УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>	<p>УК-6.1. Знает: - основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития; - основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; - принципы образования в течение всей жизни</p> <p>К-6.2. Умеет: - определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы; - разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде</p> <p>УК-6.3. Имеет опыт: - планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда; - выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и спортсменов, связанных с особенностями их развития; - формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов</p>
	<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и</p>	<p>УК-7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по</p>

	<p>профессиональной деятельности</p>	<p>результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря УК-7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности</p>
<p>Безопасность жизнедеятельности</p>	<p>УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p>УК-8.1. Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</p> <p>УК-8.2. Умеет: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; - организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций; - организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; - использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий</p> <p>УК-8.3. Имеет опыт: - использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных</p>

		авариях и чрезвычайных ситуациях; - оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно- тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - организации физкультурно- спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала
--	--	---

Общепрофессиональные компетенции:

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся

	<p>старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p> <p>ОПК-1.2. Умеет: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; - поддерживать</p>
--	---

	<p>высокий уровень спортивной мотивации; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий</p> <p>ОПК-1.3. Имеет опыт: - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека; - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста</p>
--	---

		<p>учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации</p>
Спортивный отбор	<p>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>ОПК-2.1. Знает: - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности; - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС; <i>анатомию человека²; физиологию человека; методы выявления задатков и способностей, оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств, психических особенностей занимающихся с учетом спортивной ориентации; методы и средства оценки степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам; программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); медицинские, медико-биологические, психофизиологические требования и возрастные нормы занимающихся в группах этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; методики комплексной оценки подготовленности занимающихся; методики медико-биологического и психологического тестирования; методы сбора,</i></p>

² ЗУНы, выделенные курсивом, установлены профессиональным стандартом «Тренер», основаны на ОТФ, соответствующих профессиональной деятельности выпускников

	<p><i>систематизации и аналитической обработки информации; порядок составления отчетной документации по отбору занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства; правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; теорию и методологию спортивного отбора и прогнозирования, в том числе: основные принципы и методы спортивного отбора, методики массового и индивидуального отбора в виде спорта, методы выявления общих и специальных спортивных способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта (группе спортивных дисциплин); требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта</i></p> <p>ОПК-2.2. Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию;</p> <p><i>интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности занимающихся для выявления перспективных занимающихся; оценивать уровень спортивного результата занимающегося, способность показывать наивысшие результаты в экстремальных условиях, соревновательный опыт, умение приспосабливаться к условиям конкретных соревнований; выявлять способности занимающихся к достижению высоких спортивных результатов, к перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок; прогнозировать развитие общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся; вести отчетную документацию по отбору занимающихся на этапы совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; использовать техники оценки</i></p>
--	--

		<p><i>подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки; оценивать уровень спортивно-технического и тактического мастерства, степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам; давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности</i></p> <p>ОПК-2.3. Имеет опыт: - проведения антропометрических измерений для оценки физического развития; - проведения оценки функционального состояния человека; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации;</p> <p><i>анализа состояния здоровья, уровня подготовленности, результатов, достигнутых занимающимися на тренировочном этапе (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений); обследования соревновательной деятельности занимающихся, включая изучение спортивно-технических результатов и их динамики (начало, вершина, спад) по годам подготовки; самостоятельного просмотра занимающихся на тренировочных занятиях, тренировочных сборах, спортивных соревнованиях с целью оценки физических качеств и уровня освоения основ техники в виде спорта (группе спортивных дисциплин); организации выполнения занимающимся контрольных испытаний, соревновательных и контрольных прикидок для принятия решения о переводе занимающегося на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства, фиксация и аналитическая обработка результатов тестирования; оценки на основании собранной информации личностно-психических качеств, способностей занимающихся к достижению высших спортивных результатов в виде спорта, к перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок, определению степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения в экстремальных условиях, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам; подготовки заключения о целесообразности перевода или зачисления занимающегося на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства</i></p>
Обучение и	ОПК-3. Способен	ОПК-3.1. Знает: - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания,

развитие	<p>проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному когнитивному обучению физической подготовке</p>	<p>подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах; - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы</p>
----------	--	---

	<p>реализации здоровь формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся</p> <p>ОПК-3.2. Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения</p>
--	--

		<p>физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно- спортивной деятельности; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся; - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся <p>ОПК-3.3. Имеет опыт: - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации</p>
	ОПК-4. Способен	ОПК-4.1. Знает: - историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической

	<p>проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>культуре, науке и образовании; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - цель, задачи и содержание курса ИВС; - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической подготовки в ИВС; - воспитательные возможности занятий ИВС; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта</p> <p>ОПК-4.2. Умеет: - применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно- измерительными приборами на занятиях по ИВС; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; -контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС</p> <p>ОПК-4.3. Имеет опыт: - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; -проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося</p>
Воспитание	ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся	ОПК-5.1. Знает: -сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; -

	<p>социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях;</p> <p>ОПК-5.2. Умеет: - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга</p> <p>ОПК-5.3. Имеет опыт: - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом</p>
	<p>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>ОПК-6.1. Знает: - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус»</p>

	<p>ОПК-6.2. Умеет: -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; - составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих</p> <p>ОПК-6.3. Имеет опыт: - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - применения методик оценки физического развития детей и подростков; - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоёмкости пищи, методикой составления меню-раскладки. - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению</p>
--	---

		населения к занятиям физической культурой и спортом
Обеспечение безопасности	ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-7.1 Знает: - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения

	<p>тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС</p> <p>ОПК-7.2. Умеет: - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности</p> <p>ОПК-7.3. Имеет опыт - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению</p>
--	---

		<p>инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся</p>
Профилактика допинга	<p>ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга</p>	<p>ОПК-8.1. Знает: - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий</p> <p>ОПК-8.2. Умеет: - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга</p> <p>ОПК-8.3 Имеет опыт - выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; - проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; - изучения международных антидопинговых</p>

		<p>программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; - изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; - внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов</p>
Контроль и анализ	<p>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>ОПК-9.1. Знает: - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений; - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов</p>

	<p>учебно-тренировочного процесса в ИВС</p> <p>ОПК-9.2. Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования</p>
--	--

		<p>подготовленности спортсменов в ИВС</p> <p>ОПК-9.3. Имеет опыт -проведения антропометрических измерений; - применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека; - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС</p>
<p>Профессиональ ное взаимодействие</p>	<p>ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>ОПК-10.1. Знает: - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно- воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта</p> <p>ОПК-10.2. Умеет: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; - предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; - учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; - применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки,</p>

		<p>психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; - оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта</p> <p>ОПК-10.3. Имеет опыт - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач</p>
<p>Научные исследования</p>	<p>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>ОПК-11.1. Знает: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта. - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - правила применения корректных заимствований в текстах; - правила библиографического описания и библиографической ссылки</p>

		<p>ОПК-11.2. Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений</p> <p>ОПК-11.2. Имеет опыт - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований</p>
<p>Правовые основы профессиональной деятельности</p>	<p>ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными</p>	<p>ОПК-12.1. Знает: - понятия и признаков правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно- спортивной</p>

	<p>правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<p>организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта; - положения и регламенты спортивного арбитражного судопроизводства; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта; - этические нормы в области спорта и образования</p> <p>ОПК-12.2. Умеет: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров</p> <p>ОПК-12.3. Имеет опыт - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований; - составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта</p>
<p>Организационно-методическое обеспечение</p>	<p>ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>ОПК-13.1. Знает: - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта, - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в ИВС; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей</p>

		<p>ОПК-13.2. Умеет: -планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; -оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; - определять справедливость судейства; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов</p> <p>ОПК-13.3. Имеет опыт - подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний,проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия; - участия в судействе спортивных соревнований по ИВС</p>
	<p>ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>ОПК-14.1. Знает: - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - показатели, характеризующие эффективность проведения учебно- тренировочного занятия по ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС</p> <p>ОПК-14.2. Умеет: - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения</p>

		<p>физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности</p> <p>ОПК-14.3. Имеет опыт - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно- спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера</p>
Материально-техническое обеспечение	ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	<p>ОПК-15.1. Знает: - историю строительства спортивных сооружений; - классификацию спортивных сооружений; - особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; - состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - параметры и оборудование различных спортивных объектов; - расположение зрительских мест на трибунах; - расположение помещений и устройства для судей и прессы; - устройство и классификации сооружений для лёгкой атлетике; - устройство и классификации плавательных бассейнов; - устройство сооружений для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; - устройство и классификацию сооружений для игровых видов спорта; - устройство сооружений для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; - устройство тира, стенда, стрельбища; - устройство сооружений для лыжного спорта; - устройство спортсооружений для инвалидов; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования</p> <p>ОПК-15.2. Умеет: - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и ИВС; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - использовать шаблоны и образцы для проверки спортивных снарядов, инвентаря, оборудования по размерам, массе и иным</p>

		<p>нормируемым физическим характеристикам</p> <p>ОПК-15.3. Имеет опыт - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по ИВС с использованием инвентаря и оборудования; - участия в судействе соревнований по ИВС; - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно- оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам по ведению на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря</p>
--	--	--

Профессиональные компетенции (определяемые самостоятельно), устанавливаемые программой бакалавриата, на основе профессионального стандарта, соответствующего профессиональной деятельности выпускников, а также, на основе анализа требований к профессиональным компетенциям, предъявляемых к выпускникам на рынке труда, обобщения отечественного и зарубежного опыта, проведения консультаций с ведущими работодателями, объединениями работодателей отрасли, в которой востребованы выпускники, иных источников.

Профессиональные компетенции:

Задачи профессиональной деятельности	Тип задачи профессиональной деятельности	Область профессиональной деятельности	Код и наименования профессиональных компетенций, соотнесённых с трудовыми функциями	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Основание (профессиональный стандарт, анализ опыта)
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	Тренерский	Подготовка спортсменов	ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки <i>(D/02.6 Планирование,</i>	ПК-1.1. Знает:	Профессиональный стандарт «Тренер», утвержденный Минтруда России от 28 марта 2019 г. приказом № 191н
				<i>Актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами</i>	
				<i>Анатомия человека</i>	
				<i>Физиология спорта</i>	
				<i>Спортивная биохимия</i>	
				<i>Теория вида спорта</i>	
<i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i>					

			<p><i>учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства)</i></p>	<p><i>Оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся для этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</i></p> <p><i>Методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации</i></p> <p><i>Технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Особенности тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров)</i></p> <p><i>Порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</i></p> <p><i>Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</i></p> <p><i>Система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности</i></p>	
--	--	--	---	--	--

				<p><i>занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке</i></p> <p><i>Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Специфика построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах</i></p> <p><i>Структура годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки</i></p> <p><i>Структура индивидуального календаря спортивных соревнований</i></p> <p><i>Технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки</i></p> <p><i>Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией</i></p> <p><i>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта</i></p> <p>ПК-1.2. Умеет:</p> <p><i>Собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях</i></p> <p><i>Планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося</i></p> <p><i>Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, лично-психическими качествами занимающихся</i></p> <p><i>Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</i></p> <p><i>Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного</i></p>	
--	--	--	--	---	--

			<p><i>процесса и соревновательной деятельности занимающихся</i></p> <p><i>Оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки</i></p> <p><i>Контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося</i></p> <p><i>Выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов</i></p> <p>ПК-1.3. Имеет опыт</p> <p><i>Подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий</i></p> <p><i>Составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</i></p> <p><i>Планирования тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов занимающихся</i></p> <p><i>Составления индивидуального календаря спортивных соревнований</i></p> <p><i>Подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта</i></p>	
--	--	--	--	--

				<p><i>для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства</i></p> <p><i>Периодического и текущего контроля результатов исполнения групповых и индивидуальных планов спортивной подготовки занимающихся</i></p> <p><i>Сравнительного анализа результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях</i></p> <p><i>Мониторинга выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</i></p> <p><i>Анализа данных медико-биологического контроля занимающихся, выявление проблем и определение методов их решения</i></p> <p><i>Анализа показателей самоконтроля занимающихся</i></p> <p><i>Оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося</i></p> <p><i>Анализа и разбора результатов выступлений занимающегося в спортивных соревнованиях, учет динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях</i></p> <p><i>Выявления факторов спортивного результата занимающегося в спортивных соревнованиях и методов управления результатом</i></p> <p><i>Оценки качества выполнения занимающимся объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальным планом подготовки</i></p> <p><i>Подготовки рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</i></p>	
			ПК-2. Способен реализовывать	ПК-2.1. Знает:	
				<i>Спортивную биохимию</i>	

			<p>индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки (D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающихся на этапе совершенствовани я спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов)</p>	<p><i>Спортивную метрологию</i></p> <p><i>Анатомию человека</i></p> <p><i>Физиологию человека</i></p> <p><i>Технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Адаптацию и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках</i></p> <p><i>Виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов</i></p> <p><i>Спортивную медицину</i></p> <p><i>Критерии предварительного соревновательного отбора</i></p> <p><i>Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки</i></p> <p><i>Предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и "подводки"</i></p> <p><i>Спортивную психологию</i></p> <p><i>Программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося</i></p> <p><i>Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации</i></p> <p><i>Построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p>	
--	--	--	---	---	--

				<i>Правила вида спорта</i>	
				<i>Правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря</i>	
				<i>Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</i>	
				<i>Типовые (модельные) и авторские методика и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</i>	
				<i>Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией</i>	
				<i>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта</i>	
				<i>ПК-2.2. Умеет:</i>	
				<i>Анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок</i>	
				<i>Использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов кандидата мастера спорта, мастера спорта России, мастера спорта международного класса</i>	
				<i>Оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов</i>	
				<i>Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения</i>	
				<i>Использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата</i>	
				<i>Предупреждать случаи травматизма и применения допинга во</i>	

			<p><i>время тренировок</i></p> <p><i>Оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося, спортсмена для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований</i></p> <p><i>Разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок</i></p> <p><i>Использовать систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся</i></p> <p><i>Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</i></p> <p><i>Рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий)</i></p> <p>ПК-2.3. Имеет опыт:</p> <p><i>Построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годового цикла</i></p> <p><i>Проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося</i></p> <p><i>Формирования у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройке, сосредоточения внимания и</i></p>	
--	--	--	---	--

				<i>мобилизации</i>	
				<i>Постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки</i>	
				<i>Мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям</i>	
				<i>Проверки выполнения занимающимися плановых заданий и мероприятий, предусмотренных программой спортивной подготовки, индивидуальными планами подготовки</i>	
				<i>Контроля исполнения индивидуальных планов тренировочных занятий занимающимся в период тренировочных сборов, в каникулярный период</i>	
				<i>Подготовки занимающихся по инструкторской и судейской практике</i>	
				<i>Контроля выполнения занимающимся плана восстановительных мероприятий</i>	
				<i>Контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря</i>	
Разработка и реализация программ спортивной подготовки; научно-исследовательская деятельность при реализации программ спортивной	Тренерский; научно-исследовательский		ПК-3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	ПК-3.1. Знает:	
				<i>Спортивную биохимию</i>	
				<i>Спортивную медицину</i>	
				<i>Диетологию</i>	
				<i>Основы организации здорового образа жизни</i>	
				<i>Методики медико-биологического и психологического тестирования</i>	
				<i>Методы и техники самоконтроля занимающегося</i>	
				<i>Антидопинговые правила</i>	
				<i>Основные виды нарушений антидопинговых правил и последствия их нарушения</i>	

ПОДГОТОВКИ			<p>(D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки)</p>	<p>Планы медико-биологических, научно-методических и антидопинговых мероприятий</p> <p>Права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля</p> <p>Основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки</p> <p>Методы организации медико-биологического контроля в спорте</p> <p>Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</p> <p>Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</p> <p>Планы восстановительных мероприятий</p> <p>Этические нормы в области спорта</p> <p>ПК-3.2. Умеет:</p> <p>Вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p> <p>Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</p> <p>Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы</p> <p>Использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося</p> <p>Анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям</p> <p>Выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья,</p>	
------------	--	--	--	---	--

			<p><i>травмы, патологии</i></p> <p><i>Контролировать исполнение занимающимися медицинских предписаний, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья</i></p> <p><i>Оформлять запрос на терапевтическое использование фармакологических средств, а также на модификации фармакологических средств, разрешенных для занимающегося</i></p> <p><i>Оформлять запрос на отсрочку отбора пробы по уважительным причинам</i></p> <p><i>Оформлять запрос на представителя, переводчика при выполнении процедур допинг-контроля</i></p> <p><i>Устанавливать признаки нарушения правил отбора пробы и прав спортсмена при прохождении процедуры допинг-контроля</i></p> <p><i>Контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств</i></p> <p><i>ПК-3.3. Имеет опыт:</i></p> <p><i>Обучения занимающихся прикладным аспектам спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии</i></p> <p><i>Информирования занимающихся о номенклатуре запрещенных препаратов и манипуляций, о психологических и имиджевых последствиях использования допинга, об организационных и процедурных аспектах допинг-контроля</i></p> <p><i>Обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности</i></p> <p><i>Анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки</i></p> <p><i>Организации участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области спортивной медицины, теории и методики вида спорта</i></p> <p><i>Анализа результатов прохождения занимающимися процедур и</i></p>	
--	--	--	--	--

				<p><i>мероприятий медицинского контроля, индивидуальных предписаний медицинских работников, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки</i></p> <p><i>Контроля выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья</i></p> <p><i>Уведомления медицинского работника о выявленных у занимающегося признаках ухудшения здоровья, травмах, патологиях</i></p> <p><i>Консультирования занимающихся по выполнению антидопинговых правил, о правах и обязанностях спортсмена при прохождении процедуры допинг-тестирования, о правилах оформления запросов и подачи протестов, апелляций</i></p> <p><i>Проведения дополнительных контрольных процедур для минимизации рисков нарушения антидопинговых правил, включая регулярное получение информации от занимающегося о месте его нахождения, о номенклатуре принимаемых занимающимся фармакологических средств</i></p>
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	Тренерский		<p>ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов (D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося)</p>	<p>ПК-4.1. Знает:</p>
				<p><i>Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации</i></p>
				<p><i>Антидопинговые правила</i></p>
				<p><i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p>
				<p><i>Адаптацию и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках</i></p>
				<p><i>Спортивную психологию</i></p>
				<p><i>Спортивная медицина</i></p>
				<p><i>Методы предотвращения противоправного влияния на</i></p>

			результаты официальных спортивных соревнований	
			Программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	
			Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	
			Модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса	
			Индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося	
			Положения хартии международной олимпийской организации	
			Особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров)	
			Показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося	
			Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	
			Правила вида спорта	
			Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	
			Приемы и методы восстановления после физических нагрузок	
			Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	
			Структура индивидуального календаря спортивных соревнований	
			Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной	

			<p><i>классификацией</i></p> <p><i>Этические нормы в области спорта</i></p> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <p><i>Определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося</i></p> <p><i>Производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании</i></p> <p><i>Формировать структуру действий занимающегося в зависимости от фазы соревновательной деятельности</i></p> <p><i>Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях</i></p> <p><i>Мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин</i></p> <p><i>Использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия</i></p> <p><i>Оценивать и координировать навыки планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности занимающегося</i></p> <p><i>Вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях</i></p> <p><i>Координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт</i></p>	
--	--	--	---	--

			<p><i>Применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям</i></p>	
			<p><i>Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры</i></p>	
			<p><i>Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</i></p>	
			<p><i>Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося</i></p>	
			<p>ПК-4.3. Имеет опыт:</p>	
			<p><i>Моделирования соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности</i></p>	
			<p><i>Проектирования системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности занимающегося (предстартовая, собственно соревнование, фаза последействия) и действий занимающегося</i></p>	
			<p><i>Определения общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям</i></p>	
			<p><i>Выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников</i></p>	
			<p><i>Формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, психолого-методическая поддержка занимающегося в период соревнований</i></p>	
			<p><i>Анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной</i></p>	
			<p><i>Контроля прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур</i></p>	

				<p><i>допинг-контроля</i></p> <p><i>Контроля справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур</i></p>	
			<p>ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эталонные характеристики техники движений и технико-тактических действий в ИВС; - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным приёмам и их разновидностям в ИВС; - современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; <p>ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить анализ техники в ИВС; - определять причины возникновения ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС; - подбирать методы и средства технической и тактической подготовки; - выбирать педагогические критерии и показатели для оценки техники выполнения упражнений; <p>ПК – 5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения технике и тактике избранного вида спорта, развития двигательных способностей; - совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий 	<p>Анализ требований, предъявляемых работодателями к выпускникам, указывает на необходимость со стороны выпускников:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, ✓ владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

2.4. Обеспечение требований к реализации программы бакалавриата

ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» располагает на законном основании материально-техническим обеспечением образовательной деятельности (помещениями и оборудованием) для реализации программы бакалавриата по Блоку 1 «Дисциплины (модули)» и Блоку 3 «Государственная итоговая аттестация» в соответствии с учебным планом. Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой бакалавриата, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения, состав которых определяется в рабочих программах дисциплин (модулей). Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО «ВЛГАФК». Материально-техническое обеспечение по каждой конкретной учебной дисциплине/модулю/практике определено в соответствующей рабочей программе учебной дисциплины/модуля/практики.

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», так и вне его. Условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды определяются действующим «Положением об электронной информационно-образовательной среде в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» (представлено на официальном сайте ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», <http://www.vlgafc.ru/>). Условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды могут быть созданы с использованием ресурсов иных организаций.

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» обеспечивает:

доступ к учебным планам, рабочим программам дисциплин (модулей), практик, электронным учебным изданиям и электронным образовательным ресурсам, указанным в рабочих программах дисциплин (модулей), практик;

формирование электронного портфолио обучающегося, в том числе сохранение его работ и оценок за эти работы.

В случае реализации программы бакалавриата с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» дополнительно обеспечивает:

фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации и результатов освоения программы бакалавриата;

проведение учебных занятий, процедур оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий;

взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействия посредством сети «Интернет».

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Обучающимся обеспечен доступ (удаленный доступ), в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определяется в рабочих программах дисциплин (модулей) и

подлежит обновлению (при необходимости).

ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» обеспечено необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (состав определяется в рабочих программах дисциплин (модулей) и подлежит обновлению при необходимости).

При использовании в образовательном процессе печатных изданий библиотечный фонд укомплектован печатными изданиями из расчета не менее 0,25 экземпляра каждого из изданий, указанных в рабочих программах дисциплин (модулей), практик, на одного обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих соответствующую дисциплину (модуль), проходящих соответствующую практику.

Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья. ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» предоставляет инвалидам и лицам с ОВЗ (по их заявлению) возможность обучения по программе бакалавриата, учитывающей особенности их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающей коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц (соответствующие Положения представлены на официальном сайте ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», <http://www.vlgafc.ru/>).

Реализация программы бакалавриата обеспечивается педагогическими работниками ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», а также лицами, привлекаемыми ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» к реализации программы бакалавриата на иных условиях.

Квалификация педагогических работников ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» отвечает квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках и (или) профессиональных стандартах (при наличии).

Не менее 70 процентов численности педагогических работников ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», участвующих в реализации программы бакалавриата, и лиц, привлекаемых ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» к реализации программы бакалавриата на иных условиях (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям), ведут научную, учебно-методическую и (или) практическую работу, соответствующую профилю преподаваемой дисциплины (модуля).

Не менее 5 процентов численности педагогических работников ФГБОУ ВО «ВЛГАФК», участвующих в реализации программы бакалавриата, и лиц, привлекаемых ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» к реализации программы бакалавриата на иных условиях (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям), являются руководителями и (или) работниками иных организаций, осуществляющими трудовую деятельность в профессиональной сфере, соответствующей профессиональной деятельности, к которой готовятся выпускники (имеют стаж работы в данной профессиональной сфере не менее 3 лет).

Не менее 60 процентов численности педагогических работников ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» и лиц, привлекаемых к образовательной деятельности ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» на иных условиях (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям), имеют ученую степень и (или) ученое звание.

Финансовое обеспечение реализации программы бакалавриата осуществляется в объеме не ниже значений базовых нормативов затрат на оказание государственных услуг по реализации образовательных программ высшего образования - программ бакалавриата и значений корректирующих коэффициентов к базовым нормативам затрат, определяемых Министерством науки и высшего образования Российской Федерации.

Качество образовательной деятельности и подготовки обучающихся по программе бакалавриата определяется в рамках системы внутренней оценки, а также системы внешней оценки в случае, если ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» принимает в ней участие на добровольной основе.

В целях совершенствования программы бакалавриата ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» при

проведении регулярной внутренней оценки качества образовательной деятельности и подготовки обучающихся по программе бакалавриата привлекает работодателей и (или) их объединения, иных юридических и (или) физических лиц, включая педагогических работников ФГБОУ ВО «ВЛГАФК».

В рамках внутренней системы оценки качества образовательной деятельности по программе бакалавриата обучающимся предоставляется возможность оценивания условий, содержания, организации и качества образовательного процесса в целом и отдельных дисциплин (модулей) и практик.

Внешняя оценка качества образовательной деятельности по программе бакалавриата в рамках процедуры государственной аккредитации осуществляется с целью подтверждения соответствия образовательной деятельности по программе бакалавриата требованиям ФГОС ВО с учетом соответствующей ПООП (при наличии).

Внешняя оценка качества образовательной деятельности и подготовки обучающихся по программе бакалавриата может осуществляться в рамках профессионально-общественной аккредитации, проводимой работодателями, их объединениями, а также уполномоченными ими организациями, в том числе иностранными организациями, либо авторизованными национальными профессионально-общественными организациями, входящими в международные структуры, с целью признания качества и уровня подготовки выпускников, отвечающими требованиям профессиональных стандартов (при наличии), требованиям рынка труда к специалистам соответствующего профиля.

Универсальные и общепрофессиональные компетенции

№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	УК-1	УК-2	УК-3	УК-4	УК-5	УК-6	УК-7	УК-8	ОПК-1	ОПК-2	ОПК-3	ОПК-4	ОПК-5	ОПК-6	ОПК-7	ОПК-8	ОПК-9	ОПК-10	ОПК-11	ОПК-12	ОПК-13	ОПК-14	ОПК-15
		стью в сфере физической культуры и спорта																								
10	Б1.О.Д10	Информационные технологии в физической культуре и спорте	3	+																						
11	Б1.О.Д11	Математическая статистика в физической культуре и спорте	2	+																						
12	Б1.О.Д12	Профессиональная этика	2																				+			
13	Б1.О.Д13	Анатомия человека	6									+	+							+						
14	Б1.О.Д14	Биомеханика двигательной деятельности	3									+	+							+						

Универсальные и общепрофессиональные компетенции

№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	УК-1	УК-2	УК-3	УК-4	УК-5	УК-6	УК-7	УК-8	ОПК-1	ОПК-2	ОПК-3	ОПК-4	ОПК-5	ОПК-6	ОПК-7	ОПК-8	ОПК-9	ОПК-10	ОПК-11	ОПК-12	ОПК-13	ОПК-14	ОПК-15
15	Б1.О.Д1 5	Биохимия человека	3									+								+						
16	Б1.О.Д1 6	Психология и педагогика	2			+			+																	
17	Б1.О.Д1 7	Психология физической культуры и спорта	3									+	+				+			+	+					
18	Б1.О.Д1 8	Физиология человека	6									+	+							+						
19	Б1.О.Д1 9	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	3														+	+								
20	Б1.О.Д2 0	Педагогика физической культуры и спорта	3			+						+				+	+				+		+			
21	Б1.О.Д2 1	Научно-методическая деятельность	3	+																		+				

Универсальные и общепрофессиональные компетенции

№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	УК-1	УК-2	УК-3	УК-4	УК-5	УК-6	УК-7	УК-8	ОПК-1	ОПК-2	ОПК-3	ОПК-4	ОПК-5	ОПК-6	ОПК-7	ОПК-8	ОПК-9	ОПК-10	ОПК-11	ОПК-12	ОПК-13	ОПК-14	ОПК-15
22	Б1.О.Д2 2	История физической культуры и спорта	3					+									+									
23	Б1.О.Д2 3	Теория и методика физической культуры	6									+	+							+		+			+	
24	Б1.О.Д2 4	Менеджмент физической культуры и спорта	3		+																+		+	+		
25	Б1.О.Д2 5	Профилактика наркомании и других негативных социальных последствий средствами физической культуры	3													+	+									
26	Б1.О.Д2 6	Профилактика применения	2																+							

Универсальные и общепрофессиональные компетенции

№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	УК-1	УК-2	УК-3	УК-4	УК-5	УК-6	УК-7	УК-8	ОПК-1	ОПК-2	ОПК-3	ОПК-4	ОПК-5	ОПК-6	ОПК-7	ОПК-8	ОПК-9	ОПК-10	ОПК-11	ОПК-12	ОПК-13	ОПК-14	ОПК-15
	<i>Б1.О.М 1.Д28 5</i>	<i>Лыжная подготовка</i>	3																							
29	Б1.О.Д2 9	Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика/ гимнастика/ единоборства/ спортивные игры/ лыжный спорт/ спортивное ориентирование/ лыжный спорт и спортивное ориентирование)	15							+		+	+		+			+		+			+		+	+
30	Б1.О.Д3 0	Спортивная медицина	3															+		+						

Профессиональные компетенции

№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	ПК-1	ПК-2	ПК-3	ПК-4	ПК-5
	БЛОК 1	ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)	204					
	Б1. О	Обязательная часть Блока 1	132					
1	Б1.О.Д1	Философия	3					
2	Б1.О.Д2	История	3					
3	Б1.О.Д3	Иностранный язык	6					
4	Б1.О.Д4	Социология физической культуры	2					
5	Б1.О.Д5	Безопасность жизнедеятельности	3					
6	Б1.О.Д6	Основы здорового образа жизни и медицинских знаний	3					
7	Б1.О.Д7	Физическая культура и спорт (легкая атлетика/ гимнастика/ единоборства/ спортивные игры/ лыжный спорт/ спортивное ориентирование/ лыжный спорт и спортивное ориентирование)	2					
8	Б1.О.Д8	Русский язык и культура речи	2					
9	Б1.О.Д9	Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта	3					
10	Б1.О.Д10	Информационные технологии в физической культуре и спорте	3					
11	Б1.О.Д11	Математическая статистика в физической культуре и спорте	2					

Профессиональные компетенции								
№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	ПК-1	ПК-2	ПК-3	ПК-4	ПК-5
12	Б1.О.Д12	Профессиональная этика	2					
13	Б1.О.Д13	Анатомия человека	6					
14	Б1.О.Д14	Биомеханика двигательной деятельности	3					
15	Б1.О.Д15	Биохимия человека	3					
16	Б1.О.Д16	Психология и педагогика	2					
17	Б1.О.Д17	Психология физической культуры и спорта	3					
18	Б1.О.Д18	Физиология человека	6					
19	Б1.О.Д19	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	3					
20	Б1.О.Д20	Педагогика физической культуры и спорта	3					
21	Б1.О.Д21	Научно-методическая деятельность	3					
22	Б1.О.Д22	История физической культуры и спорта	3					

Профессиональные компетенции								
№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	ПК-1	ПК-2	ПК-3	ПК-4	ПК-5
23	Б1.О.Д23	Теория и методика физической культуры	6					
24	Б1.О.Д24	Менеджмент физической культуры и спорта	3					
25	Б1.О.Д25	Профилактика наркомании и других негативных социальных последствий средствами физической культуры	3					
26	Б1.О.Д26	Профилактика применения допинга	2					
27	Б1.О.Д27	Правовые основы физической культуры и спорта	3					
28	Б1.О.М1.Д 28	Модуль 1. Теория и методика обучения базовым видам спорта, в том числе	23					
	<i>Б1.О.М1.Д28 1</i>	<i>Гимнастика</i>	4					
	<i>Б1.О.М1.Д28 2</i>	<i>Легкая атлетика</i>	5					
	<i>Б1.О.М1.Д28 3</i>	<i>Плавание</i>	5					

Профессиональные компетенции								
№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	ПК-1	ПК-2	ПК-3	ПК-4	ПК-5
	<i>Б1.О.М1.Д28 4</i>	<i>Спортивные и подвижные игры</i>	6					
	<i>Б1.О.М1.Д28 5</i>	<i>Лыжная подготовка</i>	3					
29	Б1.О.Д29	Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика/ гимнастика/ единоборства/ спортивные игры/ лыжный спорт/ спортивное ориентирование/ лыжный спорт и спортивное ориентирование)	15					
30	Б1.О.Д30	Спортивная медицина	3					
31	Б1.О.Д31	Спортивные сооружения и экипировка	2					
32	Б1.О.Д32	Экономика физической культуры	3					
	Б1. В	<i>Часть Блока 1, формируемая участниками образовательных отношений</i>	72					
			67					

Профессиональные компетенции								
№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	ПК-1	ПК-2	ПК-3	ПК-4	ПК-5
33	Б1.В.Д1	Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (легкая атлетика/ гимнастика/ единоборства/ спортивные игры/ лыжный спорт/ спортивное ориентирование/ лыжный спорт и спортивное ориентирование)	9	+	+	+		+
34	Б1.В.Д2	Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (легкая атлетика/ гимнастика/ единоборства/ спортивные игры/ лыжный спорт/ спортивное ориентирование/ лыжный спорт и спортивное ориентирование)	9	+		+	+	
35	Б1.В.Д3	Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (легкая атлетика/ гимнастика/ единоборства/ спортивные игры/ лыжный спорт/ спортивное ориентирование)	8				+	
36	Б1.В.Д4	Профессионально-спортивное совершенствование (легкая атлетика/ гимнастика/ единоборства/ спортивные игры/ лыжный спорт/ спортивное ориентирование/ лыжный спорт и спортивное ориентирование)	15					+
37	Б1.В.Д5	Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (легкая атлетика/ гимнастика/ единоборства/ спортивные игры/ лыжный спорт/ спортивное ориентирование/ лыжный спорт и спортивное ориентирование)	2				+	

<i>Профессиональные компетенции</i>								
№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	ПК-1	ПК-2	ПК-3	ПК-4	ПК-5
38	Б1.В.Д6	Естественно-научные основы физической культуры	6					
39	Б1.В.Д7	Тренажеры в спорте	2		+			+
40	Б1.В.Д8	Теория спорта	3	+	+			
41	Б1.В.Д9	Физиология спорта	3	+		+		
42	Б1.В.Д10	Массаж	3			+		
43	Б1.В.Д11	Спортивная метрология	3	+				
44	Б1.В.Д12	Лечебная физическая культура	3			+		
45	Б1.В.Д13	Библиография	1					
	Б1.В.ЭД	в том числе элективные дисциплины	5					
46	Б1.В.ЭД. 1	Музритмика	3					+
47	а	Атлетическая гимнастика						+

Профессиональные компетенции								
№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	ПК-1	ПК-2	ПК-3	ПК-4	ПК-5
48	Б1.В.ЭД. 2	Туризм и спорт. ориентирование	2					+
49	а	Экологический туризм						+
50	Б1.В.ЭД	Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (легкая атлетика/ гимнастика/ единоборства/ спортивные игры/ лыжный спорт/ спортивное ориентирование/ лыжный спорт и спортивное ориентирование)	-					+
	БЛОК 2	ПРАКТИКА	30					
	Б2.О	Обязательная часть Блока 2	12					
	Б2.О.У	Учебная практика	12					
51	<i>Б2.О.У1</i>	<i>педагогическая практика</i>	12					
	Б2.В.	Часть Блока 2, формируемая участниками образовательных отношений	18					
	Б2.В.П.	Производственная практика	18					
52	<i>Б2.В.П1</i>	<i>тренерская практика</i>	15	+	+	+	+	+

Профессиональные компетенции								
№ п/п	Шифр учебного плана	Наименование дисциплин и практик	Трудоемкость, з.е.	ПК-1	ПК-2	ПК-3	ПК-4	ПК-5
53	<i>Б2.В.П2</i>	<i>преддипломная практика</i>	3	+		+		
54	БЛОК 3	Государственная итоговая аттестация	6					
	Б3.О	Обязательная часть Блока 3						
	Б3.О.ГИА 1	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	3	+	+	+	+	+
	Б3.О.ГИА 2	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	3	+	+	+	+	+
		ИТОГО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ	240					
	ФД	Факультативные дисциплины	3					
55	ФД. 1	Россия в международном Олимпийском движении	2					
56	ФД. 2	Иностранный язык для профессиональных целей	1					

4. АННОТАЦИИ РАБОЧИХ ПРОГРАММ ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ)

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ БЛОКА 1 «ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ)»

4.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Философия»

Автор-разработчик: Фетисов Н.В., ст. преподаватель кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Индикаторы достижения
1	2	3
УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах		<p>УК-5 Знает: сущностные характеристики основных периодов в развитии философской мысли; основные исторические типы мировоззрения, особенности философского мировоззрения; особенности философии древнего востока; особенности античной философии; этапы и характерные черты средневековой философии; особенности философии эпохи Возрождения; характерные черты философии Нового времени; сущностные характеристики эпохи Просвещения; особенности немецкой классической философии; сущностные характеристики марксистской философии; сущностные черты и направления</p>

		<p>постклассической философии; общие черты и этапы развития отечественной философии;</p> <p>основные философские понятия и категории, закономерности развития человека, природы, общества и мышления; основные подходы в решении проблемы познания в философии, особенности научного познания; основные проблемы философии спорта</p> <p>УК-5 Умеет: находить в основных периодах развития философской мысли общее и особенное, определять специфические религиозно-мировоззренческие и этнокультурные черты каждого из периодов; анализировать философские проблемы, формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам философии.</p> <p>УК-5 Имеет навыки и/или опыт деятельности: восприятия и анализа текстов, имеющих философское содержание; межличностной коммуникации, публичной речи и письменного аргументированного изложения собственной точки зрения по лично-значимым философским проблемам.</p>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Философия» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на

2 курсе при обучении на очной форме и на 2 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	54*			54					
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	28			28					
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	26			26					
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (экзамен)</i>				экз.					
Самостоятельная работа обучающегося	54			54					
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	38			38					
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>									
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	16			16					
<i>В том числе:</i>	часы			108					
	зачетные единицы	3		3					

из 54 часов – 54 в активной и интерактивной формах
Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	14*			14							
<i>В том числе:</i>											
Лекции	6			6							
Семинарские занятия											
Практические занятия	8			8							
Лабораторные работы											
Промежуточная аттестация (экзамен)				экз.							
Самостоятельная работа обучающегося	94			94							
<i>В том числе:</i>											
Курсовая работа											
Расчётно-графические работы											
Рефераты											
Письменные самостоятельные работы											
Изучение теоретического материала	72			72							
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)											
Подготовка к промежуточной аттестации	22			22							
Общая трудоемкость	часы	108		108							
	зачетные единицы	3		3							

из 14 часов – 14 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
	Раздел 1. Предназначение и смысл философии, её место и роль в общей системе мировоззрения						
	Тема 1.1 Философия как мировоззрение, предмет, структура, функции	2	2	-	-	2	6
	Раздел 2. История философии						
	Тема 2.1 Философия Древнего Востока	2	-	-	-	2	4
	Тема 2.2 Античная философия	2	2	-	-	4	8
	Тема 2.3 Философия средних веков. Философия эпохи Возрождения.	2	2	-	-	4	8
	Тема 2.4 Философия Нового времени. Философия эпохи Просвещения.	2	2	-	-	4	8
	Тема 2.5 Немецкая классическая философия. Марксизм.	2	2	-	-	4	8
	Тема 2.6 Постклассическая западная философия	2	2	-	-	4	8
	Тема 2.7 Отечественная философская мысль	2	2	-	-	6	10
	Раздел 3 Теоретические основы философии						
	Тема 3.1 Проблема бытия.	2	2	-	-	4	8
	Тема 3.2 Проблема сознания в философии.	2	2	-	-	4	8
	Тема 3.3 Проблема познания в философии. Научное познание.	2	2	-	-	4	8
	Тема 3.4 Природа как предмет философского	-	-	-	-	2	2

	осмысления.						
	Тема 3.5 Проблема социальной философии. Философия истории.	2	2	-	-	4	8
	Тема 3.6 Философская антропология.	2	2	-	-	4	8
	Тема 3.7 Философия спорта	2	2	-	-	2	6
ИТОГО (в часах)		28	26	-	-	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Предназначение и смысл философии, её место и роль в общей системе мировоззрения							
	Тема 1.1 Философия как мировоззрение, предмет, структура, функции	2	-	-	-	6	8
Раздел 2. История философии							
	Тема 2.1 Философия Древнего Востока		-	-	-	4	4
	Тема 2.2 Античная философия	2	-	-	-	4	6
	Тема 2.3 Философия средних веков. Философия эпохи Возрождения.	2	-	-	-	4	6
	Тема 2.4 Философия Нового времени. Философия эпохи Просвещения.	-	2	-	-	4	6
	Тема 2.5 Немецкая классическая философия. Марксизм.	-	2	-	-	4	6
	Тема 2.6 Постклассическая западная философия	-	2	-	-	6	8
	Тема 2.7 Отечественная философская мысль	-	2	-	-	6	8
Раздел 3 Теоретические основы философии							

Тема 3.1 Проблема бытия.	-	-	-	-	8	8
Тема 3.2 Проблема сознания в философии.	-	-	-	-	8	8
Тема 3.3 Проблема познания в философии. Научное познание.	-	-	-	-	8	8
Тема 3.4 Природа как предмет философского осмысления.	-	-	-	-	8	8
Тема 3.5 Проблема социальной философии. Философия истории.	-	-	-	-	8	8
Тема 3.6 Философская антропология.	-	-	-	-	8	8
Тема 3.7 Философия спорта	-	-	-	-	8	8
ИТОГО (в часах)	6	8	-	-	94	108

4.2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «История»

Автор-разработчик: Фетисов Николай Викторович, ст. преподаватель кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
<p>УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>		<p>УК-5. Знает: закономерности и особенности развития исторического процесса, его движущие силы, роль человека в нем; основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; различные подходы к оценке и периодизации всемирной и отечественной истории; основные этапы и важнейшие события истории России; роль в историческом развитии России выдающихся деятелей отечественной истории; геополитическое положение России, ее национальные задачи во внешней политике; роль и место российской цивилизации во всемирном историческом процессе</p> <p>УК-5. Умеет: выделять стержень исторических фактов и событий и видеть причинно-следственные связи; раскрывать суть исторического процесса:</p>

		его закономерности, движущие силы; давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности УК-5. Имеет навыки и/или опыт деятельности: анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «История» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при обучении на очной форме и на 1 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>54*</i>	<i>54</i>							
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>28</i>	<i>28</i>							

Тема 1.1 История как наука.	2	-	-	-	4	6
Раздел 2. Древнерусское государство Киевская Русь и древнерусские земли в IX – XIV вв.						
Тема 2.1 Этапы развития древнерусской государственности.	2	2	-	-	2	6
Тема 2.2 Русь и Орда: проблемы взаимовлияния	2	2	-	-	2	6
Раздел 3. Социально-экономическое и политическое развитие единого российского государства (XV – XVII вв.).						
Тема 3.1 Специфика формирования единого российского государства.	2	2	-	-	2	6
Тема 3.2 Царствование Ивана IV Грозного. Смутное время	2	2	-	-	4	8
Тема 3.3 Социально-экономические и политические изменения в российском обществе в XVII в.	2	-	-	-	4	6
Раздел 4. Россия и мир в XVIII – XIX веке						
Тема 4.1 Российская империя в XVIII в. Генезис самодержавия.	2	2	-	-	2	6
Тема 4.2 Российская империя в первой половине XIX в.: власть и общество.	2	2	-	-	4	8
Тема 4.3 Российская империя во второй половине XIX в.: реформы и контрреформы	2	2	-	-	2	6
Раздел 5. Россия в начале XX в.: на пути к радикальной трансформации						
Тема 5.1 Социально-экономическое развитие России в начале XX в.	2	2	-	-	2	6
Тема 5.2 Политические преобразования в России в начале XX в. (до 1917 г.)	2	2	-	-	2	6
Тема 5.3 Революция 1917 г. Гражданская война и интервенция (1917-1922 гг.)	2	2	-	-	4	8

Раздел 6. СССР: этапы развития и сущность советского строя. 1922-1991 гг.						
Тема 6.1 Советское государство в 1920-1930-е гг.	2	2	-	-	2	6
Тема 6.2 СССР в годы Второй мировой войны (1939-1945 гг.)	2	-	-	-	4	6
Тема 6.3 СССР в годы «холодной войны»		2	-	-	4	6
Тема 6.4 Советский Союз в 1985-1991 гг. Перестройка. Распад СССР.	-	-	-	-	6	6
Раздел 7. Россия в постсоветское время						
Тема 7.1 Российская Федерация на современном этапе развития	-	2	-	-	4	6
ИТОГО (в часах)	28	26	-	-	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Введение в историю.							
	Тема 1.1 История как наука.	2	-	-	-	4	6
Раздел 2. Древнерусское государство Киевская Русь и древнерусские земли в IX – XIV вв.							
	Тема 2.1 Этапы развития древнерусской государственности.	2	-	-	-	4	6
	Тема 2.2 Русь и Орда: проблемы взаимовлияния	2	-	-	-	4	6
Раздел 3. Социально-экономическое и политическое развитие единого русского государства (XV – XVII вв.).							
	Тема 3.1 Специфика формирования единого русского государства.	-	2	-	-	4	6

Тема 3.2 Царствование Ивана IV Грозного. Смутное время	-	2	-	-	6	8
Тема 3.3 Социально-экономические и политические изменения в российском обществе в XVII в.	-	2	-	-	4	6
Раздел 4. Россия и мир в XVIII – XIX веке						
Тема 4.1 Российская империя в XVIII в. Генезис самодержавия.	-	2	-	-	4	6
Тема 4.2 Российская империя в первой половине XIX в.: власть и общество.	-	-	-	-	6	6
Тема 4.3 Российская империя во второй половине XIX в.: реформы и контрреформы	-	-	-	-	6	6
Раздел 5. Россия в начале XX в.: на пути к радикальной трансформации						
Тема 5.1 Социально-экономическое развитие России в начале XX в.	-	-	-	-	6	6
Тема 5.2 Политические преобразования в России в начале XX в. (до 1917 г.)	-	-	-	-	6	6
Тема 5.3 Революция 1917 г. Гражданская война и интервенция (1917-1922 гг.)	-	-	-	-	8	8
Раздел 6. СССР: этапы развития и сущность советского строя. 1922-1991 гг.						
Тема 6.1 Советское государство в 1920-1930-е гг.	-	-	-	-	6	6
Тема 6.2 СССР в годы Второй мировой войны (1939-1945 гг.)	-	-	-	-	6	6
Тема 6.3 СССР в годы «холодной войны»	-	-	-	-	6	6
Тема 6.4 Советский Союз в 1985-1991 гг. Перестройка. Распад СССР.	-	-	-	-	8	8
Раздел 7. Россия в постсоветское время						
Тема 7.1 Российская	-	-	-	-	6	6

Федерация на современном этапе развития						
ИТОГО (в часах)	6	8	-	-	94	108

4.3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Иностранный язык»

Авторы-разработчики:

Ершова Наталья Генриховна, доцент, доктор педагогических наук, профессор кафедры иностранных языков

Дытко Екатерина Викторовна, старший преподаватель кафедры иностранных языков

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)		<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ООП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи

		<p>профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере;</p> <ul style="list-style-type: none"> - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС. <p>Умеет: на русском и иностранном языке:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые
--	--	---

		<p>тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык;</p> <ul style="list-style-type: none">- описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. <p>Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none">- деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта;- публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);- аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта;- публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);- руководства работой спортивного актива;- организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта;
--	--	--

		- публичной защиты результатов собственных научных исследований.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Иностранный язык» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при обучении на очной форме и на 2 и 3 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: *зачёт* и *экзамен*.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>	
		<i>1</i>	<i>2</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>108*</i>	<i>54</i>	<i>54</i>
<i>В том числе:</i>			
<i>Лекции</i>		-	-
<i>Семинарские занятия</i>		-	-
<i>Практические занятия</i>	<i>108</i>	<i>54</i>	<i>54</i>
<i>Лабораторные работы</i>		-	-
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>		<i>зач</i>	<i>экз</i>
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	<i>108</i>	<i>54</i>	<i>54</i>
<i>В том числе:</i>			
<i>Курсовая работа</i>		-	-
<i>Расчётно-графические работы</i>		-	-
<i>Рефераты</i>		-	-
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	<i>32</i>	<i>16</i>	<i>16</i>
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>32</i>	<i>16</i>	<i>16</i>
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	<i>28</i>	<i>14</i>	<i>14</i>

Подготовка к промежуточной аттестации	16	8	8
В том числе:	часы	216	108
	зачетные единицы	6	3

*из 108 часов – 88 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	28*				6	8	14				
В том числе:											
Лекции											
Семинарские занятия											
Практические занятия	28				6	8	14				
Лабораторные работы											
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)						зач	экз				
Самостоятельная работа обучающегося	188				62	63	63				
В том числе:											
Курсовая работа											
Расчётно-графические работы											
Рефераты											
Письменные самостоятельные работы	36				6	10	20				
Изучение теоретического материала	121				56	40	25				
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	20					10	10				

Подготовка к промежуточной аттестации		11				3	8				
Общая трудоемкость	часы	216				68	71	77			
	зачетные единицы	6				1	2	3			

*из 28 часов – 10 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел I. Вводно-коррективный курс							
1	1.1. Вводно-фонетический курс. Диагностическое тестирование.	-	-	4	-	2	6
2	1.2. Вводно-грамматический курс. Порядок слов в предложении. Артикль.	-	-	2	-	2	4
Раздел II. Основной курс							
3	Тема № 1. Бытовая сфера общения						
	1.1. Моя биография. Моя семья. Местоимения. Предлоги. Настоящее время. Многофункциональные глаголы.	-	-	4	-	4	8
	1.2. Увлечения. Предлоги. Безличные предложения. Степени сравнения прилагательных и наречий.	-	-	2	-	2	4
	1.3. Город. Категория множественного числа у существительных.	-	-	2	-	2	4
4	Тема № 2. Учебно-познавательная сфера общения						
	2.1. Выбор профессии. Модальные глаголы и их эквиваленты.	-	-	4	-	4	8
	2.2. Спортивная академия. Неопределенно-личные предложения. Причастия.	-	-	4 (2 ч. к.р.)	-	4	8

	2.3. Система высшего образования в России.	-	-	4	-	4	8
	2.4. Подготовка специалистов по спорту в России. Рабочий день студента. Прошедшее время. Числительные. Отрицание. Возвратные глаголы.	-	-	6 (2 ч. к.р.)	-	6	12
5	Тема № 3. Социально-культурная сфера общения						
	3.1. Россия. Будущее время. Словообразование.	-	-	6	-	6	12
	3.2. Страны изучаемого языка. Столицы. Прошедшее время.	-	-	22	-	22	44
	3.3. Традиции и обычаи стран изучаемого языка. Система времен глагола в активном залоге.	-	-	6	-	6	12
	3.4. Достопримечательности стран изучаемого языка. Система времен глагола в активном залоге (исключения, способы перевода).	-	-	12	-	12	24
	Тема № 4. Моя спортивная специализация						
	4.1. Зимние виды спорта. Инфинитив, инфинитивные обороты.	-	-	4	-	4	8
	4.2. Летние виды спорта. Повелительное наклонение.	-	-	4	-	4	8
6	4.3. Известные спортсмены и тренеры. Неличные формы глагола.	-	-	6	-	6	12
	4.4. Исследовательская деятельность в спорте. Система времен глагола в пассивном залоге.	-	-	4 (2 ч. к.р.)	-	6	10
	4.5. Актуальные проблемы в сфере спорта высших достижений. Терминология. Система времен глагола в пассивном залоге.	-	-	6 (2 ч. к.р.)	-	4	10
	Тема № 5. Письменная коммуникация						
	5.1. Основные требования к написанию писем. Деловое письмо. Сложное предложение.	-	-	2	-	2	4
7	5.2. Правила оформления и написания писем личного характера. Типы придаточных предложений.	-	-	2	-	2	4
	5.3. Особенности написания деловых писем. Сослагательное наклонение.	-	-	2	-	4	6

ИТОГО (в часах)	-	-	108	-	108	216
------------------------	---	---	------------	---	------------	------------

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел I. Вводно-коррективный курс							
2 курс	1.1.Вводно-фонетический курс. Диагностическое тестирование.	-	-	2	-	34	36
1	1.2.Вводно-грамматический курс. Порядок слов в предложении. Артикль.	-	-		-		
Раздел II. Основной курс							
3 курс	Тема № 1. Бытовая сфера общения						
2	1.1. Моя биография. Моя семья. Местоимения. Предлоги. Настоящее время. Многофункциональные глаголы.	-	-	4	-	40	44
	1.2. Увлечения. Предлоги. Безличные предложения.	-	-		-		
	1.3. Город. Категория множественного числа у существительных.	-	-		-		
3	Тема № 2. Учебно-познавательная сфера общения.						
	2.1. Выбор профессии. Модальные глаголы и их эквиваленты.	-	-	6	-	38	44
	2.2. Спортивная академия. Неопределенно-личные предложения. Причастия.	-	-		-		
	2.3. Система высшего образования в России	-	-		-		
	2.4. Подготовка специалистов по спорту в России. Рабочий день студента. Прошедшее время. Числительные. Отрицание. Возвратные глаголы.	-	-		-		
4	Тема №3. Социально-культурная сфера общения						
	3.1. Россия. Будущее время.	-	-		-		

	Словообразование.						
	3.2. Страны изучаемого языка. Столицы. Прошедшее время.	-	-		-		
	3.3. Традиции и обычаи стран изучаемого языка. Система времен глагола в активном залоге.	-	-	4	-	36	40
	3.4. Достопримечательности стран изучаемого языка. Система времен глагола в активном залоге (исключения, способы перевода)	-	-		-		
	Тема №4. Моя спортивная специализация.						
5	4.1. Зимние виды спорта. Инфинитив, инфинитивные обороты.	-	-		-		
	4.2. Летние виды спорта. Повелительное наклонение.	-	-		-		
	4.3. Известные спортсмены и тренеры. Неличные формы глагола.	-	-		-		
	4.4. Исследовательская деятельность в спорте. Система времен глагола в пассивном залоге.	-	-	10	-	30	40
	4.5. Актуальные проблемы в сфере спорта высших достижений. Терминология. Система времен глагола в пассивном залоге.	-	-		-		
	Тема №5. Письменная коммуникация.						
6	5.1. Основные требования к написанию писем. Деловое письмо. Сложное предложение.	-	-		-		
	5.2. Правила оформления и написания писем личного характера. Типы придаточных предложений.	-	-	2	-	10	12
	5.3. Особенности написания деловых писем. Сослагательное наклонение.	-	-		-		
ИТОГО (в часах)		-	-	28	-	188	216

4.4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Социология физической культуры»

Автор-разработчик: Кошкарев Леонид Тимофеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
<p>УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</p>		<p>УК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции и средства общения; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции. <p>УК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу. <p>УК-3.3. Имеет навыки и / или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решения образовательных и спортивных задач в составе команды

<p>УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>		<p>УК- 5.1. Знает: -основные социальные институты, обеспечивающих воспроизводство социальных отношений в сфере физической культуры; -особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, профессии и социального статуса; - механизмы социализации личности в спорте; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры.</p> <p>УК-5.2. Умеет: - анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта и двигательной активности; - понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста и пола, занимающихся спортом и физической культурой; - правильно подобрать инструментарий для выявления эффективности профессиональной работы (занятий физической культурой и спортом), и определения уровня социального здоровья занимающихся; - понимать социальную значимость профессии в</p>
---	--	---

		<p>сфере физической культуры.</p> <p>УК-5.3. Имеет навыки и / или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте; - аргументированного доказательства социальной и личной значимости избранного вида спорта и физкультурно-спортивной деятельности; - проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Социология физической культуры» относится к обязательной части блока 1, учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на _3_ курсе при обучении на очной форме и на __3_ курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>36*</i>						<i>36*</i>		
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>14</i>						<i>14</i>		

<i>Практические занятия</i>	6					6				
<i>Лабораторные работы</i>										
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>	зачет					зачет				
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	62					62				
<i>В том числе:</i>										
<i>Курсовая работа</i>										
<i>Расчётно-графические работы</i>										
<i>Рефераты</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	10					10				
<i>Изучение теоретического материала</i>	15					15				
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	22					22				
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	15					15				
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	72				72				
	<i>зачетные единицы</i>	2				2				

*из 10 часов – 4 часа в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарское	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Социология					

	Тема 1.1. Социология как наука об обществе	1	1		6	8
	Тема 1.2 Роль и место физической культуры в структуре современного общества	1	1		2	4
2	Раздел 2. Виды, методы и организация социологических исследований					
	Тема 2.1. Виды социологического исследования	2	2		4	8
	Тема 2.2 Методы, применяемые в социологическом исследовании	2	2			4
3	Раздел 3. Социология физической культуры					
	Тема 3.1 Социология физической культуры и ее место в системе наук. Социальная структура физической культуры	2	2		2	6
	Тема 3.2. Социологические проблемы массовой физической культуры	2	2		2	6
	Тема 3.3 Социологические проблемы массового спорта. Социальный облик и статус спортсмена	2			6	8
	Тема 3.4. Отношение к физической культуре различных социально-демографических групп населения	2	2			4
	Контрольная работа № 1 по теме: «Социальные аспекты физической культуры»			2	4	6
4	Раздел 4. Проведение и анализ результатов социологического исследования					
	Тема 4.1. Разработка проекта программы, плана проведения социологического исследования			2	2	4
	Тема 4.2 Разработка инструментария			2	2	4
	Тема 4.3. Обработка и анализ результатов исследования			2	2	4
	Контрольная работа № 2 по теме: «Виды и методы социологического исследования»			2	4	6

ИТОГО (в часах)	14	12	10	36	72
------------------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

4.2. Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарское	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Социология					
	Тема 1.1. Социология как наука об обществе	1			6	7
	Тема 1.2 Роль и место физической культуры в структуре современного общества				4	4
2	Раздел 2. Виды, методы и организация социологических исследований					
	2.1. Виды социологического исследования	1	1		4	6
	2.2 Методы, применяемые в социологическом исследовании		1		10	11
3	Раздел 3. Социология физической культуры					
	3.1 Социология физической культуры и ее место в системе наук. Социальная структура физической культуры	1			2	3
	3.2. Социологические проблемы массовой физической культуры	1		1	4	6
	3.3 Социологические проблемы массового спорта. Социальный облик и статус спортсмена				6	6
	3.4. Отношение к физической культуре различных социально-демографических групп населения			1	4	5
4	Раздел 4. Проведение и анализ результатов социологического исследования					
	4.1. Разработка проекта программы, плана проведения социологического исследования			2	6	8
	4.2 Разработка инструментария				6	6

	4.3. Обработка и анализ результатов исследования				10	10
ИТОГО (в часах)		4	2	4	62	72

4.5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Безопасность жизнедеятельности»

Авторы-разработчики: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств
Васильков Игорь Евгеньевич, старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.		<p>УК-8.1. Знает: терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p> <p>УК-8.2. Умеет: разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при</p>

		<p>возникновении чрезвычайных ситуаций; организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий. УК-8.3.</p> <p>Имеет опыт: использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p>
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к обязательной части блока 1, учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе при обучении на очной форме и на 3 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>
---------------------------	--------------------	-----------------

		1	2	3	4	5	6	7	8
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	54*				54				
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	26				26				
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	28				28				
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>	Экзамен				Экзамен				
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	54				54				
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>	2				2				
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	2				2				
<i>Изучение теоретического материала</i>	44				44				
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	4				4				
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	2				2				
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	108			108				
	<i>зачетные единицы</i>	3			3				

* из 54 часов – 36 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	14*					14					
В том числе:											
Лекции	6					6					
Семинарские занятия											
Практические занятия	8					8					
Лабораторные работы											
Промежуточная аттестация	Экзамен					Экзамен					
Самостоятельная работа обучающегося	94					94					
В том числе:											
Курсовая работа											
Расчётно-графические работы											
Рефераты	2					2					
Письменные самостоятельные работы	2					2					
Изучение теоретического материала	86					86					
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)											
Подготовка к промежуточной аттестации	4					4					
Общая трудоемкость	часы	108				108					
	зачетные единицы	3				3					

* из 14 часов – 8 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Основы теории безопасности жизнедеятельности	8		10		18	32
2	Раздел 2. Защита населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций	12		12		24	48
3	Раздел 3. Обеспечение безопасности трудовой деятельности	6		6		12	28
ИТОГО (в часах)		26		28		54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Основы теории безопасности жизнедеятельности	2		2		30	34
2	Раздел 2. Защита населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций	2		4		34	40
3	Раздел 3. Обеспечение безопасности трудовой деятельности	2		2		30	34
ИТОГО (в часах)		6		8		94	108

4.6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Основы здорового образа жизни и медицинских знаний»

Автор-разработчик: Пивоварова Елена Анатольевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры физиологии и спортивной медицины

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства; D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе</p>	<p>ОПК-7.1 Знает: - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - особенности разделения занимающихся на медицинские группы; - <i>анатомию человека;</i> - <i>физиологию человека;</i> - <i>медицинские, медико-биологические, психофизиологические требования и возрастные нормы занимающихся в группах</i></p>

	<p>совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов;</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</p>	<p><i>этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - методики медико-биологического и психологического тестирования; - основы организации здорового образа жизни; - методы и техники самоконтроля занимающегося. <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдению техники безопасности при выполнении упражнений; - выявлять угрозы, степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности; - интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности занимающихся для выявления перспективных занимающихся; - давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности; - контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося;
--	--	--

		<p>- анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок;</p> <p>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;</p> <p>- предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок;</p> <p>- вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</p> <p>- давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;</p> <p>- использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося;</p> <p>- выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии.</p> <p>ОПК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</p> <p>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом</p> <p>- составления плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</p> <p>- ознакомления педагогических работников и</p>
--	--	--

		<p>родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа состояния здоровья, уровня подготовленности, результатов, достигнутых занимающимися на тренировочном этапе (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений); - оценки на основании собранной информации лично-психических качеств, способностей занимающихся к достижению высших спортивных результатов в виде спорта, к перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок, определение степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения в экстремальных условиях, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам; - анализа данных медико-биологического контроля занимающихся, выявление проблем и определение методов их решения; - анализа показателей самоконтроля занимающихся; - мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям; - обучения занимающихся прикладными аспектами спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии; - анализа результатов прохождения занимающимися процедур и мероприятий медицинского контроля, индивидуальных предписаний медицинских работников, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки; - уведомления медицинского работника о выявленных у занимающегося признаках ухудшения здоровья, травмах, патологиях.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Основы здорового образа жизни и медицинских знаний» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе при обучении на очной форме и на 3 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	54*				54*				
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	24				24				
<i>Семинарские занятия</i>					-				
<i>Практические занятия</i>	30				30				
<i>Лабораторные работы</i>					-				
<i>Промежуточная аттестация (экзамен)</i>	экз.				экз.				
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	54				54				
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>					-				
<i>Расчётно-графические работы</i>					-				
<i>Рефераты</i>	6				6				
<i>Письменные самостоятельные работы</i>					-				
<i>Изучение теоретического материала</i>	26				26				
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы)</i>	8				8				
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	14				14				
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>				108				
	<i>зачетные единицы</i>				3				

*из 54 часов – 30 в активной и интерактивной формах
Заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>									
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	14*					14*					
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	6					6					
<i>Семинарские занятия</i>						-					
<i>Практические занятия</i>	8					8					
<i>Лабораторные работы</i>						-					
<i>Промежуточная аттестация (экзамен)</i>	ЭКЗ.					ЭКЗ.					
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	94					94					
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>						-					
<i>Расчётно-графические работы</i>						-					
<i>Рефераты</i>	8					8					
<i>Письменные самостоятельные работы</i>						-					
<i>Изучение теоретического материала</i>	58					58					
<i>Подготовка к текущей аттестации (опросы)</i>	8					8					
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	20					20					
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	108				108					
	<i>зачетные единицы</i>	3				3					

*из 14 часов – 8 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам и видам учебных занятий

№ № п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
11	Раздел 1. Оценка здоровья, оказание первой медицинской помощи при заболеваниях терапевтического профиля.				
	1.1. Понятия «здоровье». Методы определения состояния здоровья.	2	2	6	10
	1.2. Понятие о микробах. Профилактика инфекционных заболеваний.	2	2	4	8
	1.3.Иммунитет	2	2	6	10
	1.4.Оказание первой медицинской помощи при острых отравлениях.	2	2	4	8
	1.5. Острые и хронические заболевания органов брюшной полости. Их профилактика.	2	2	2	6
	1.6. Острые и хронические заболевания ССС. Их профилактика	2	2	4	8
	1.7. Острые и хронические заболевания легких. Роль закаливания и физкультуры в профилактике этих заболеваний.	2	2 (1ч к.р.)	6	10
	Раздел 2. Оказание первой медицинской помощи при заболеваниях хирургического профиля.				
22	2.1. Кровотечения. Остановка кровотечений.	2	2	4	8
	2.2.Десмургия.	2	6	2	10
	2.3. Первая помощь при ожогах и отморожениях.	2	2	4	8
	2.4.Первая помощь при несчастных случаях.	2	2	6	10
	2.5.Первая помощь при переломах.	2	4(1ч к.р.)	6	12
	ИТОГО (в часах)	24	30	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Оценка здоровья, оказание первой медицинской помощи при заболеваниях терапевтического профиля.				
	1.1. Понятия «здоровье». Методы определения состояния здоровья.	2		6	8
	1.2. Понятие о микробах. Профилактика инфекционных заболеваний.			6	6
	1.3. Иммунитет			8	8
	1.4. Оказание первой медицинской помощи при острых отравлениях.		2	6	8
	1.5. Острые и хронические заболевания органов брюшной полости. Их профилактика.			6	6
	1.6. Острые и хронические заболевания ССС. Их профилактика			8	8
	1.7. Острые и хронические заболевания легких. Роль закаливания и физкультуры в профилактике этих заболеваний.			6	6
2	Раздел 2. Оказание первой медицинской помощи при заболеваниях хирургического профиля.				
	2.1. Кровотечения. Остановка кровотечений.	2	2	10	14
	2.2. Десмургия.		2	12	14
	2.3. Первая помощь при ожогах и отморожениях.			8	8
	2.4. Первая помощь при несчастных случаях.			8	8
	2.5. Первая помощь при переломах.	2	2	10	14
ИТОГО (в часах)		6	8	94	108

4.7.1 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура и спорт (легкая атлетика)»

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
1	2	3
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	05.003 D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;

		<p>- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт:</p> <p>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</p> <p>- планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности;</p> <p>- владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</p> <p>- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**» (легкая атлетика) относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при обучении на очной форме и на 1 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

3.1. Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36*	36								
<i>В том числе:</i>										
Лекции	6	6								
Семинарские занятия										
Практические занятия	30	30								
Лабораторные работы										
Промежуточная аттестация (зачет)										
Самостоятельная работа обучающегося	36	36								
<i>В том числе:</i>										
Курсовая работа										
Расчётно-графические работы										
Рефераты										
Письменные самостоятельные работы										
Изучение теоретического материала	30	30								
Подготовка к текущей аттестации	6	6								

<i>(контрольные работы, опросы и тестирования)</i>										
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>										
Общая трудоемкость	часы	72	72							
	зачетные единицы	2	2							

*из 36 часов – 36 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	18	18									
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>											
<i>Семинарские занятия</i>											
<i>Практические занятия</i>	18	18									
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>											
Самостоятельная работа обучающегося	54	54									
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>											
<i>Расчётно-графические работы</i>											
<i>Рефераты</i>											
<i>Письменные самостоятельные работы</i>											
<i>Изучение теоретического материала</i>											
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	44	44									
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	10	10									
Общая трудоемкость	часы	72	72								
	зачетные единицы	2	2								

*из 18 часов – 18 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинарские	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема 1.1. Легкая атлетика – массовый и олимпийский вид спорта. Классификация. Урок по легкой атлетике. Учебно-тренировочное занятие. Методика преподавания Терминология.	4				4	8
2	Тема 1.2. История развития легкой атлетики в России и в мире. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма	2				2	4
3	Тема 2.1. Анализ техники ходьбы и методика			2		2	4

	обучения. Средства и методы подготовки в ходьбе					
4	Тема 2.2. Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на средние дистанции			2		4
5	Тема 2.3. Анализ техники бега на короткие дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на короткие дистанции			2 К.Р.1		4
6	Тема 2.4. Анализ техники метания мяча и методика обучения. Средства и методы подготовки в метании мяча			4		8
7	Тема 2.5. Анализ техники метания гранаты и методика обучения. Средства и методы подготовки в метании гранаты.			4		8
8	Тема 2.6. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в высоту			4		8
9	Тема 2.7. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в длину			4 К.Р.2		8
10	Тема 3.1. Основы техники ходьбы и бега			4		8
11	Тема 3.2. Основы техники метаний			2		4
12	Тема 3.3. Основы техники прыжков.			2		4
ИТОГО (в часах)		6		30		72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
1	Тема 1.1. Легкая атлетика – массовый и олимпийский вид спорта. Классификация. Урок по легкой атлетике. Учебно-тренировочное занятие. Методика преподавания Терминология.			2		2	4
2	Тема 1.2. История развития легкой атлетики в России и в мире. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма					2	2
3	Тема 2.1. Анализ техники ходьбы и методика обучения. Средства и методы подготовки в ходьбе					6	6
4	Тема 2.2. Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на средние дистанции			2		6	8
5	Тема 2.3. Анализ техники бега на короткие дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на короткие дистанции					6	6
6	Тема 2.4. Анализ техники метания мяча и			2		6	8

	методика обучения. Средства и методы подготовки в метании мяча						
7	Тема 2.5. Анализ техники метания гранаты и методика обучения. Средства и методы подготовки в метании гранаты.			2		6	8
8	Тема 2.6. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в высоту			2		6	8
9	Тема 2.7. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в длину			2		6	8
10	Тема 3.1. Основы техники ходьбы и бега			2		4	6
11	Тема 3.2. Основы техники метаний			2		2	4
12	Тема 3.3. Основы техники прыжков.			2		2	4
ИТОГО (в часах)				18		54	72

4.7.2 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура и спорт (гимнастика)»

Автор-разработчик: Ткачева Ольга Ивановна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики гимнастики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре

Лекции	6	6							
Семинары									
Практические занятия	30	30							
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)		зач.							
Самостоятельная работа студента	36	36							
В том числе:									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты									
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала	16	16							
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	10	10							
Подготовка к промежуточной аттестации	10	10							
Общая трудоемкость	часы	72	72						
	зачетные единицы	2	2						

*из 36 часов – 22 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. «Средства гимнастики и методика их проведения»				
	Тема 1.1. Технология обучения упражнениям гимнастического многоборья	2	16	8	26
	Тема 1.2. Меры предупреждения травм на занятиях по гимнастике		2	6	8
2	Раздел 2. «Методика развития физических качеств»				
	Тема 2.1. Методика развития физических качеств в гимнастике	2	6	14	22
3	Раздел 3. «Формирование профессионально-педагогических умений и навыков»				

Тема 3.1. Формирование профессионально-педагогических умений и навыков	2	6	8	16
ИТОГО (в часах)	6	30	36	72

4.7.3 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура и спорт(единоборства)»

Авторы-разработчики: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

Васильков Игорь Евгеньевич, старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующей компетенции:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы

		<p>планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования.</p> <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;- проводить занятия по общей физической подготовке;- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none">- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;- планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта;- планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию
--	--	---

	физическом воспитании бакалавров физической культуры						
2.	Виды физической подготовки бакалавров физической культуры	-	-	6	-	20	26
3.	Средства физической подготовки обучающихся и методика их применения	-	-	6	-	20	26
4.	Формирование профессионально-прикладных умений и навыков бакалавров физической культуры	-	-	4	-	10	14
ИТОГО (в часах)		-	-	18	-	54	72

4.7.4 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура и спорт (спортивные игры)»

Автор-разработчик: Поповская Мария Николаевна

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной

Подготовка к промежуточной аттестации		10	10						
В том числе:	часы	72	72						
	зачетные единицы	2	2						

* из 18 часов – 18в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№п/п	Наименование тем и разделов тем	лекции	Практические	Семинарские, методические	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
1	2		3	4	5	6	7
Первый курс (1 семестр)							
1	Тема 1. Общие вопросы теории физической культуры. Роль и место физической культуры в спортивных играх.	2	2			6	10
2	Тема 2. Спорт. Классификация видов спорта. Характеристика видов спорта.		2			2	4
3	Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка и ИВС.	2	10			14	26
4	Тема 4. Планирование и организация занятий физической культурой в ИВС.	2	16			14	32
Всего за 1 курс:		6	30	-	-	36	72
ИТОГО за весь период обучения		6	30	-	-	36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№п/п	Наименование тем и разделов тем	лекции	Практические	Семинарские, методические	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
1	2		3	4	5	6	7
Первый курс (1 семестр)							
1	Тема 1. Общие вопросы теории физической культуры. Роль и место физической культуры в спортивных играх.		2			8	10
2	Тема 2. Спорт. Классификация видов спорта. Характеристика видов спорта.		2			6	8
3	Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка и ИВС.		6			20	26

4	Тема 4. Планирование и организация занятий физической культурой в ИВС.		8			20	28
Всего за семестр			18			54	72
ИТОГО за весь период обучения			18			54	72

4.7.5 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура и спорт (лыжный спорт)»

Авторы-разработчики: Багин Николай Анатольевич, кандидат педагогических наук, профессор кафедры теории и методики лыжного спорта

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук кафедры теории и методики лыжного спорта

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующей компетенции:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. -

		<p>правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря</p> <p>УК-7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности</p>
--	--	--

Контактная работа преподавателей с обучающимися		18*	18																
<i>В том числе:</i>																			
<i>Лекции</i>		-	-																
<i>Семинарские занятия</i>		-	-																
<i>Практические занятия</i>		18	18																
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>		зачет	зачет																
Самостоятельная работа обучающегося		54	54																
<i>В том числе:</i>																			
<i>Рефераты</i>																			
<i>Письменные самостоятельные работы</i>																			
<i>Изучение теоретического материала</i>		24	24																
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>																			
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		30	30																
Общая трудоемкость		часы	72	72															
		зачетные единицы	2	2															

*из 18 часов – 18 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
-------	-----------------	--------	---------------------	----------------------	---------------------	------------------------------------	-------------

1	Характеристика видов лыжного спорта		-	-	-	2	2
2	Основные физические качества и методика их развития в лыжном спорте	2	-	6	-	6	14
3	ОРУ и методика их проведения		-	4	-	2	6
4	Подводящие упражнения для овладения техникой передвижения на лыжах в бесснежный период		-	4	-	6	10
5	Применение технических средств в подготовке спортсменов		-	4	-	6	10
6	Техника, методика и технология обучения способам передвижения на лыжероллерах		-	6	-	6	12
7	Методика начального обучения передвижению на лыжах	2	-	4	-	6	12
8	Основы судейства в лыжном спорте	2	-	2	-	2	6
ИТОГО (в часах)		6	-	30	-	36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Характеристика видов лыжного спорта					4	4
2	Основные физические качества и методика их развития в лыжном спорте			4		8	12
3	ОРУ и методика их проведения			2		6	8
4	Подводящие упражнения для овладения техникой передвижения на лыжах в бесснежный период			4		8	12
5	Применение технических средств в подготовке спортсменов			2		8	10
6	Техника, методика и технология обучения способам передвижения на лыжероллерах (лыжах)			2		8	10
7	Методика начального обучения			2		6	8

	передвижению на лыжах						
8	Основы судейства в лыжном спорте			2		6	8
ИТОГО (в часах)				18		54	72

4.7.6 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура и спорт (спортивное ориентирование)»

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук.

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующей компетенции:

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря

		<p>УК-7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности</p>
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом

дисциплина изучается на 1 курсе при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры								
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36*	36								
<i>В том числе:</i>										
<i>Лекции</i>	<i>6</i>	<i>6</i>								
<i>Семинарские занятия</i>										
<i>Практические занятия</i>	<i>30</i>	<i>30</i>								
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>	<i>зачет</i>	<i>зачет</i>								
Самостоятельная работа обучающегося	36	36								
<i>В том числе:</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>10</i>	<i>10</i>								
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	<i>8</i>	<i>8</i>								
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	<i>18</i>	<i>18</i>								
<i>Общая трудоемкость</i>	часы	72	72							
	зачетные единицы	2	2							

*из 36 часов – 30 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Характеристика видов спортивного ориентирования		-	-	-	2	2
2	Основные физические качества и методика их развития в спортивном ориентировании	2	-	6	-	6	14
3	ОРУ и методика их проведения		-	4	-	2	6
4	Подводящие упражнения для овладения техникой передвижения в спортивном ориентировании на лыжах в бесснежный период		-	4	-	6	10
5	Применение технических средств в подготовке спортсменов-ориентировщиков, специализирующихся в спортивном ориентировании на лыжах		-	4	-	6	10
6	Методика начального обучения передвижению в спортивном ориентировании на лыжах	2	-	10	-	12	24
7	Организация и судейство соревнований по спортивному ориентированию	2	-	2	-	2	6
ИТОГО (в часах)		6	-	30	-	36	72

**4.7.7 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Физическая культура и спорт
(лыжный спорт и спортивное ориентирование)»**

Автор-разработчик:

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

4.8 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Русский язык и культура речи»

Автор-разработчик: Шитова Л.Ш., старший преподаватель кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК- 4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом/профессиональными стандартами «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)		<p>УК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке; - нормативные клише русского языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения. <p><input type="checkbox"/> УК-4.2. Умеет: на русском языке:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выражать различные коммуникативные намерения

		<p>(запрос/сообщение информации);</p> <ul style="list-style-type: none"> - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; <p>□ УК-4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, письменного конспекта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Русский язык и культура речи» - Б1.О.Д8 относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при обучении на очной форме и на 1 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
---------------------------	--------------------	-----------------

тестирования)														
Подготовка к промежуточной аттестации	22	22												
Общая трудоемкость	часы	72	72											
	зачетные единицы	2	2											

*из 10 часов – 4 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Русский язык как способ существования русского национального мышления и русской культуры				
1.1Тема. История развития русского национального языка и особенности современной языковой ситуации	1	2	4	7
1.2Тема. Международный статус русского языка.	1	-	-	1
Раздел 2. Структурные и коммуникативные свойства языка				
2.1 Тема. Русский язык как знаковая система	1	-	-	1
2.2 Тема. Современный русский литературный язык – высшая форма русского национального языка	1	2	4	7
Раздел 3. Культура речи				
3.1Тема. Речь: понятие и её основные характеристики	1	-	-	1
3.2 Тема. Культура речи как компонент культуры в целом	1	2	4	7
Раздел 4. Нормативный аспект культуры речи				
4.1Тема. Понятие о языковой норме. Орфоэпические нормы современного русского литературного языка	-	2	2	4
4.2 Тема. Морфологические и грамматические нормы современного русского литературного языка	-	2	2	4
4.3 Тема. Лексические, фразеологические и синтаксические нормы современного русского литературного языка	-	2	2	4
Раздел 5. Коммуникативные качества речи				
5.1Тема. Точность, понятность, доступность и логичность речи	-	2	2	4
5.2Тема. Коммуникативные условия чистоты речи	-	2	2	4
5.3 Тема. Выразительные средства языка и речи	-	2	2	4
Раздел 6. Современная коммуникация и правила речевого общения				
6.1Тема. Речевое общение. Коммуникативная культура личности	-	2	2	4
6.2Тема. Культура делового общения. Этико-социальные аспекты культуры речи	-	2	4	6
Раздел 7. Функциональный аспект культуры речи				
7.1.Тема. Официально-деловая письменная речь	-	2	2	4
7.2. Тема. Культура научной речи	-	2	2	4
7.3.Тема. Основы ораторского искусства. Публичная речь	-	4	2	6
ИТОГО (в часах)	6	30	36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Русский язык как способ существования русского национального мышления и русской культуры				
1.1 Тема. История развития русского национального языка и особенности современной языковой ситуации	2	-	2	4
1.2 Тема. Международный статус русского языка.		-	2	2
Раздел 2. Структурные и коммуникативные свойства языка				
2.1 Тема. Русский язык как знаковая система		-	2	2
2.2 Тема. Современный русский литературный язык – высшая форма русского национального языка		-	4	4
Раздел 3. Культура речи				
3.1 Тема. Речь: понятие и её основные характеристики	2	-	4	6
3.2 Тема. Культура речи как компонент культуры в целом		-	4	4
Раздел 4. Нормативный аспект культуры речи				
4.1 Тема. Понятие о языковой норме. Орфоэпические нормы современного русского литературного языка	-	2	4	6
4.2 Тема. Морфологические и грамматические нормы современного русского литературного языка	-	-	4	4
4.3 Тема. Лексические, фразеологические и синтаксические нормы современного русского литературного языка	-	-	4	4
Раздел 5. Коммуникативные качества речи				
5.1 Тема. Точность, понятность, доступность и логичность речи	-	-	4	4
5.2 Тема. Коммуникативные условия чистоты речи	-	-	4	4
5.3 Тема. Выразительные средства языка и речи	-	-	4	4
Раздел 6. Современная коммуникация и правила речевого общения				
6.1 Тема. Речевое общение. Коммуникативная культура личности	-	2	4	6
6.2 Тема. Культура делового общения. Этико-социальные аспекты культуры речи	-	-	4	4
Раздел 7. Функциональный аспект культуры речи				
7.1. Тема. Официально-деловая письменная речь	-	2	4	6
7.2. Тема. Культура научной речи	-	-	4	4
7.3. Тема. Основы ораторского искусства. Публичная речь	-	-	4	4
ИТОГО (в часах)	4	6	62	72

4.9 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта»

Автор-разработчик: Смирнова Елена Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК- 4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном (ых) языке (ах).

ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК- 4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном (ых) языке (ах).		УК-4.1. Знает: - основы делового общения способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.
		УК-4.2. Умеет: - - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта.
		УК-4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта; - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для

		подготовки информационных материалов в сфере пропаганда ФКиС;
<p>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>		<p>ОПК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - социальную роль, физической культуры и спорта; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры и спорта; - составляющие пропаганды здорового образа жизни и факторы их определяющие.
		<p>ОПК-6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о физической культуре и спорте.
		<p>ОПК-6.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической

№ п/п	Тема	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Тема 1. Реклама и связи с общественностью в системе массовых коммуникаций	2	-	14	16
2	Тема 2. История развития связей с общественностью в физической культуре и спорте	2	2	14	18
3	Тема 3. Понятие, сущность и назначение пропаганды в спорте Современный специалист в области связей с общественностью	-	-	14	14
4	Тема 4. Организация, планирование и проведение кампаний в сфере связей с общественностью	-	2	14	16
5	Тема 5. Имидж спорта и физической культуры. Фирменный стиль спортивной организации	2	-	14	16
6	Тема 6. Управление кризисными ситуациями	-	2	12	14
7	Тема 7. Этические и правовые регуляторы пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС	-	2	12	14
ИТОГО (в часах):		6	8	94	108

4.10 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Информационные технологии в физической культуре и спорте»

Автор-разработчик: Кириллина Надежда Константиновна, старший преподаватель кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотнесенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	УК-1.1. Знает: - понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации;
	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	- форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации;
	D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	- технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой;
	D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью	- требования к оформлению библиографии (списка

занимающегося	литературы);
D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	<ul style="list-style-type: none"> - <i>методы сбора, систематизации и аналитической обработки информации;</i> - <i>правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</i> <p>УК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - <i>пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</i> - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода <p>УК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-

<i>Письменные самостоятельные работы</i>		
<i>Изучение теоретического материала</i>	70	70
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	24	24
	часы	108
<i>В том числе:</i>	зачетные	3
	единицы	3

**из 14 часов – 13 в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	Раздел 1. Информационные технологии в физической культуре и спорте	10	2	12	24
1	Тема 1.1. Информационные технологии	4	-	4	8
2	Тема 1.2. Информационные технологии в физической культуре и спорте	2	-	2	4
3	Тема 1.3. Информационные технологии в тренировочном и соревновательном процессах	2	-	2	4
4	Тема 1.4. Интернет-технологии в процессе поиска и обмена информацией в области физической культуры и спорта	2	2	4	8
	Раздел 2. Прикладная направленность информационных технологий в сфере физической культуры и спорта	10	32	42	84
5	Тема 2.1. Информация и информатика	2	-	2	4
6	Тема 2.2. Аппаратные средства информационных технологий	4	-	4	8
7	Тема 2.3. Программные средства информационных технологий	4	32	36	72
	ИТОГО (в часах)	20	34	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	Раздел 1. Информационные технологии в	1	-	23	24

	физической культуре и спорте				
1	Тема 1.1. Информационные технологии	0,5	-	7,5	8
2	Тема 1.2. Информационные технологии в физической культуре и спорте	-	-	4	4
	Тема 1.3. Информационные технологии в тренировочном и соревновательном процессах	0,5	-	3,5	4
	Тема 1.4. Интернет-технологии в процессе поиска и обмена информацией в области физической культуры и спорта	-	-	8	8
	Раздел 2. Прикладная направленность информационных технологий в сфере физической культуры и спорта	3	10	71	84
3	Тема 2.1. Информация и информатика	-	-	4	4
4	Тема 2.2. Аппаратные средства информационных технологий	1	-	7	8
5	Тема 2.3. Программные средства информационных технологий	2	10	60	72
	ИТОГО (в часах)	4	10	94	108

4.11 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Математическая статистика в физической культуре и спорте»

Автор-разработчик: Алексеева Ирина Викторовна, старший преподаватель кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач		УК-1.1. Знает: - основные технологии поиска и сбора информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов;
		УК-1.2. Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок;
		УК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование);

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Математическая статистика в физической культуре и спорте» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при обучении на очной форме и на 1 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>36*</i>	<i>36*</i>							
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>10</i>	<i>10</i>							
<i>Семинарские занятия</i>		-							
<i>Практические занятия</i>	<i>26</i>	<i>26</i>							
<i>Лабораторные работы</i>		-							
<i>Промежуточная аттестация</i>	<i>экз</i>	<i>экз</i>							
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	<i>36</i>	<i>36</i>							
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>		-							
<i>Расчётно-графические работы</i>		-							
<i>Рефераты</i>		-							
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	<i>12</i>	<i>12</i>							
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>12</i>	<i>12</i>							
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	<i>4</i>	<i>4</i>							
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	<i>8</i>	<i>8</i>							
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	<i>72</i>	<i>72</i>						
	<i>зачетные единицы</i>	<i>2</i>	<i>2</i>						

**из 36 часов – 10 в активной и интерактивной формах*

Заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>												
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>			
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>10*</i>	<i>10*</i>												
<i>В том числе:</i>														
<i>Лекции</i>	<i>4</i>	<i>4</i>												
<i>Семинарские занятия</i>		-												
<i>Практические занятия</i>	<i>6</i>	<i>6</i>												
<i>Лабораторные работы</i>		-												
<i>Промежуточная аттестация</i>	<i>Экз.</i>	<i>Экз.</i>												
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	<i>62</i>	<i>62</i>												
<i>В том числе:</i>														
<i>Курсовая работа</i>		-												
<i>Расчётно-графические работы</i>		-												
<i>Рефераты</i>		-												
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	<i>12</i>	<i>12</i>												
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>30</i>	<i>30</i>												
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>														
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	<i>20</i>	<i>20</i>												
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	<i>72</i>	<i>72</i>											
	<i>зачетные единицы</i>	<i>2</i>	<i>2</i>											

**из 10 часов – 4 в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Основы математической статистики				
	Тема 1.1. Предмет математической статистики и ее роль в задачах физической культуры и спорта. Основы теории измерений, виды шкал и типы данных. Правила ранжирования. Понятие генеральной совокупности и выборки. Первичное описание исходных данных. Параметры, измеряемые в физической культуре и спорте. Методы отбора объектов из генеральной совокупности (повторный и бесповторный). Способы получения случайных выборок (способ жеребевки, механический отбор, типический отбор, серийный отбор). Причины варьирования признаков.	2	-	4	6
	Тема 1.2 Описательные статистики. Распределение данных. Показатели относительной величины структуры (доли). Описательные статистики. Распределение данных. Показатели относительной величины структуры (доли). Сравнение по средним показателям. Сравнение по средним, представленным в различных единицах измерения. Сравнение средних и оценка темпов прироста исследуемых параметров.	2	6	6	14
	Тема 1.3. Статистическая значимость и статистические гипотезы. Принятие и опровержение гипотез. Степени свободы. Точечные и интервальные оценки. Определение необходимого объема выборки для получения оценок заданной точности. Классификация и назначение критериев.	2	1	4	10
	<i>Контрольная работа № 1 на тему: «Основы математической статистики»</i>	-	1	2	
2	Раздел 2. Корреляционный и регрессионный анализы				

	Тема 2.1. Корреляционный анализ. Линейная корреляция. Регрессионный анализ. Ранговая корреляция	2	6	6	14
3	Раздел 3. Методы проверки статистических гипотез				
	Тема 3.1. Сравнение распределений и меры связи для номинативных переменных	-	2	4	6
	Тема 3.2. Оценка достоверности различий	2	6	4	12
	Тема 3.3. Оценка достоверности сдвига.	-	3	4	10
<i>Контрольная работа № 2 «Корреляция и регрессия. Методы проверки статистических гипотез»</i>	-	1	2		
ИТОГО (в часах)		10	26	36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Основы математической статистики				
	Тема 1.1. Предмет математической статистики и ее роль в задачах физической культуры и спорта. Основы теории измерений, виды шкал и типы данных. Правила ранжирования. Понятие генеральной совокупности и выборки. Первичное описание исходных данных. Параметры, измеряемые в физической культуре и спорте. Методы отбора объектов из генеральной совокупности (повторный и бесповторный). Способы получения случайных выборок (способ жеребевки, механический отбор, типический отбор, серийный отбор). Причины варьирования признаков.	2	-	6	8
	Тема 1.2. Описательные статистики. Распределение данных. Показатели относительной величины структуры (доли). Сравнение по средним показателям. Сравнение по средним,	2	-	10	12

	представленным в различных единицах измерения. Сравнение средних и оценка темпов прироста исследуемых параметров.				
	Тема 1.3. Статистическая значимость и статистические гипотезы. Принятие и опровержение гипотез. Степени свободы. Точечные и интервальные оценки. Определение необходимого объема выборки для получения оценок заданной точности. Классификация и назначение критериев.	-	-	8	8
2	Раздел 2. Корреляционный и регрессионный анализы				
	Тема 2.1. Корреляционный анализ. Линейная корреляция. Регрессионный анализ. Ранговая корреляция	-	2	12	14
3	Раздел 3. Методы проверки статистических гипотез				
	Тема 3.1. Сравнение распределений и меры связи для номинативных переменных	-	-	10	10
	Тема 3.2. Оценка достоверности различий	-	2	8	10
	Тема 3.3. Оценка достоверности сдвига	-	2	8	10
ИТОГО (в часах)		4	6	62	72

4.12 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профессиональная этика»

Автор-разработчик: Багина Валентина Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	ОПК-12.1. Знает: - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно – спортивной организации; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - этические нормы в области спорта и образования; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровья обучающихся; <i>- федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта</i> ОПК-12.2. Умеет: ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации с занимающимися; <i>использовать техники оценки подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки</i>

		<p>ОПК-12.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; подготовки заключения о целесообразности перевода или зачисления занимающегося на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства</p>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Профессиональная этика» относится к обязательной части учебного плана блока 1 образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе (3 семестр) при обучении на очной форме и на 3 курсе (5 семестр) на заочной. Вид промежуточной аттестации: *зачёт*.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	32*			32					
В том числе:									
Лекции	10			10					
Семинарские занятия	10			10					
Практические занятия	12			12					
Промежуточная аттестация (зачет)				зач					
Самостоятельная работа обучающегося	40			40					
В том числе:									
Рефераты				-					
Письменные самостоятельные работы				-					
Изучение теоретического материала	20			20					

Изучение теоретического материала		48					48			
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)		6					6			
Подготовка к промежуточной аттестации		8					8			
Общая трудоемкость	часы	72					72			
	зачетные единицы	2					2			

*из 10 - 8 в активной и интерактивной формах работы

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Тема 1. Профессиональная этика педагога: сущность, содержание, функции.	2		2	8	12
2	Тема 2. Этические основы профессионального общения	2	2 (1 час- к.р.)	2	8	14
3	Тема 3 . Вербальное общение как основа профессиональной этики	2	4	2	8	16
4	Тема 4 .Невербальные средства общения в структуре профессиональной этики	2	2 (1 час к. р.)	2	8	14
5	Тема 5 . Этика взаимоотношений педагога в сложных педагогических ситуациях общения	2	4	2	8	16
ИТОГО (в часах)		10	12	10	40	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Тема 1. Профессиональная этика педагога: сущность, содержание, функции.	1	-	-	10	11
2	Тема 2. Этические основы профессионального общения	-	1	-	14	15
3	Тема 3 . Вербальное общение как основа профессиональной этики	1	2	-	10	13
4	Тема 4 .Невербальные средства общения в структуре профессиональной этики	1	2	-	12	15
5	Тема 5 . Этика взаимоотношений педагога в сложных педагогических ситуациях общения	1	1	-	16	18
ИТОГО (в часах)		4	6		62	72

4.13 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Анатомия человека»

Автор-разработчик: Сазонова Людмила Анатольевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры физиологии и спортивной медицины

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста		ОПК-1.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. -анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; -анатомическую номенклатуру.

		<p>-оси и плоскости в анатомии.</p> <p>- влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса</p> <p>- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека;</p> <p>- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;</p> <p>– химический состав организма человека.</p>
		<p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <p>- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;</p> <p>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</p> <p>– описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом.</p>
		<p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <p>- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</p> <p>- проведения анатомического анализа физических упражнений;</p> <p>- биомеханического</p>

		<p>анализа статических положений и движений человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ.
<p>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>05.003. D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.</p>	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - критерии и морфологические подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности; - особенности сведения воедино разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - анатомо-физиологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности; - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека. <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека; - определять биомеханические характеристики тела

		<p>человека и его движений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию; - <i>определять морфологические показатели начального отбора в ИВС.</i>
<p>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>		<p>ОПК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения антропометрических измерений для оценки физического развития; - <i>морфологического анализа статических положений и движений человека;</i> - <i>выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования.</i> <p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - <i>морфологические характеристики тела человека и его движений;</i> - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные

		взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности.
		<p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять морфологические характеристики тела человека и его движений; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов.
		<p>ОПК-9.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения антропометрических измерений; - применения методов морфологического контроля движений и физических способностей человека; - контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Анатомия человека» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при обучении на очной форме и на 1 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: экзамен (1-ый семестр), экзамен (2-ой семестр).

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	108*	54	54						
В том числе:									
Лекции	40	22	18						
Семинарские занятия									
Практические занятия	68	32	36						
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация (экзамен)		экз.	экз.						
Самостоятельная работа обучающегося	108	54	54						
В том числе:									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты	20	20							
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала	20	10	10						
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	40	20	20						
Подготовка к промежуточной аттестации	28	14	14						
В том числе:	часы	216	108	108					
	зачетные единицы	6	3	3					

*из 108 часов – 40 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
--------------------	-------------	----------

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися		28*	14	14							
В том числе:											
Лекции		12	6	6							
Семинарские занятия											
Практические занятия		16	8	8							
Лабораторные работы											
Промежуточная аттестация (экзамен)			экз.	экз.							
Самостоятельная работа обучающегося		188	94	94							
В том числе:											
Курсовая работа											
Расчётно-графические работы											
Рефераты		20	20								
Письменные самостоятельные работы											
Изучение теоретического материала		108	54	54							
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)											
Подготовка к промежуточной аттестации		60	20	40							
Общая трудоемкость	часы	216	108	108							
	зачетные единицы	6	3	3							

*из 28 часов –10 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Введение в курс анатомии. Цель и задачи анатомии; содержание, история анатомии	2	-	4	-	4	10
2	Раздел 2. Учение о костях и их соединениях						
	2.1 Кость, строение кости, отделы скелета человека.	2	-	2	-	6	10
	2.2 Скелет туловища, верхних и нижних конечностей.	2	-	10	-	6	18
3	Раздел 3. Учение о мышцах.						
	3.1 Введение в миологию	2	-	2	-	4	8
	3.2 Мышцы туловища, верхних и нижних конечностей.	2	-	6	-	12	20
4	Раздел 4. Общая и частная динамическая морфология						
	4.1 Введение в курс общей динамической морфологии	2	-	2	-	2	6
	4.2 Введение в курс частной динамической морфологии	2	-	2	-	14	18
5	Раздел 5. Основные закономерности адаптации человека к изменяющейся внешней среде						
	5.1 Классификация видов и уровней адаптации	2	-	2	-	4	8
	5.2 Взаимосвязь органов и систем	2	-	2	-	2	6

	организма при взаимодействии их с внешней средой						
6	Раздел 6. Использование в занятиях по физической культуре анатомо-морфологических особенностей строения организма человека.						
	6.1 Адаптивная физическая культура как основа здорового образа жизни.	2	-	2	-	2	6
	6.2 Анатомо-морфологические предпосылки для занятий адаптивной физической культурой	2	-	2	-	4	8
7	Раздел 7. Учение о внутренних органах.						
	7.1 Пищеварительная система человека	2	-	2	-	4	8
	7.2 Дыхательная система. Мочеполовая система.	2	-	2	-	4	8
8	Раздел 8 Учение о сердечнососудистой системе.						
	8.1 Сердечно-сосудистая система	2	-	4	-	4	10
	8.2 Венозная и лимфатическая система	2	-	2	-	4	8
9	Раздел 9 Учение о нервной системе.						
	9.1 Центральная нервная система	2	-	4	-	6	12
	9.2 Периферическая нервная система	2	-	4	-	4	10
10	Раздел 10. Учение об органах чувств. Органы чувств – система восприятия раздражителей внешней среды.	2	-	4	-	10	16
11	Раздел 11 Учение о железах внутренней секреции.		-		-		

	Внешние, внутренние и смешанные железы организма	2		2		2	6
12	Раздел 12 Морфологическое обеспечение массовой физической культуры и спорта (спортивная морфология). Анатомо-морфологические предпосылки для занятий физической культурой и спортом.	2	-	8	-	10	20
ИТОГО (в часах)		40	-	68	-	108	216

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Введение в курс анатомии. Цель и задачи анатомии; содержание, история анатомии		-		-	6	6
2	Раздел 2. Учение о костях и их соединениях						
	2.1 Кость, строение кости, отделы скелета человека.	1	-	2	-	6	9
	2.2 Скелет туловища, верхних и нижних конечностей.	1	-	2	-	6	9
3	Раздел 3. Учение о мышцах.						
	3.1 Введение в миологию	1	-	2	-	6	9
	3.2 Мышцы туловища, верхних и нижних конечностей.	1	-	2	-	20	23
4	Раздел 4. Общая и частная динамическая						

	морфология						
	4.1 Введение в курс общей динамической морфологии	1	-		-	4	5
	4.2 Введение в курс частной динамической морфологии	1	-		-	14	15
5	Раздел 5. Основные закономерности адаптации человека к изменяющейся внешней среде						
	5.1 Классификация видов и уровней адаптации		-		-	8	8
	5.2 Взаимосвязь органов и систем организма при взаимодействии их с внешней средой		-		-	8	8
6	Раздел 6. Использование в занятиях по физической культуре анатомо-морфологических особенностей строения организма человека.						
	6.1 Адаптивная физическая культура как основа здорового образа жизни.		-		-	8	8
	6.2 Анатомо-морфологические предпосылки для занятий адаптивной физической культурой		-		-	8	8
7	Раздел 7. Учение о внутренних органах.						
	7.1 Пищеварительная система человека	1	-	1	-	10	12
	7.2 Дыхательная система. Мочеполовая система.	1	-	1	-	10	12
8	Раздел 8 Учение о сердечнососудистой системе.						
	8.1 Сердечно-сосудистая система	1	-	1	-	10	12

	8.2 Венозная и лимфатическая система	1	-	1	-	10	12
9	Раздел 9 Учение о нервной системе.						
	9.1 Центральная нервная система	1	-	2	-	10	13
	9.2 Периферическая нервная система	1	-	2	-	10	13
10	Раздел 10. Учение об органах чувств. Органы чувств – система восприятия раздражителей внешней среды.		-		-	14	14
11	Раздел 11 Учение о железах внутренней секреции. Внешние, внутренние и смешанные железы организма		-		-	10	10
12	Раздел 12 Морфологическое обеспечение массовой физической культуры и спорта (спортивная морфология). Анатомо-морфологические предпосылки для занятий физической культурой и спортом.		-		-	10	10
ИТОГО (в часах)		12	-	16	-	188	216

4.14 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Биомеханика двигательной деятельности»

Автор-разработчик: Гладченко Денис Александрович, к. биол. наук, преподаватель кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-1 – Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

ОПК – 2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий;

ОПК – 9 - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотнесенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК - 1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств. <p>ОПК- 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах

		<p>возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.
		<p>ОПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - биомеханического анализа статических положений и движений человека.
<p>ОПК – 2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</p>	<p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК – 2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - механические характеристики тела человека и его движений; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека. <p>ОПК – 2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - использовать критерии спортивного отбора для

		оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом.
		ОПК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: проведения антропометрических измерений для оценки физического развития; - биомеханического анализа статических положений и движений человека.
ОПК – 9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	<p>ОПК – 9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; - механические характеристики тела человека и его движений. <p>ОПК – 9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - определять биомеханические характеристики тела человека и его движений; - оценивать эффективность статических положений и движений человека; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное

		<p>тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности.</p>
--	--	---

<i>Письменные самостоятельные работы</i>																			
<i>Изучение теоретического материала</i>		64			64														
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>																			
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		30			30														
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	108			108														
	<i>зачетные единицы</i>	3			3														

* из 14 часов – 14 в активных интерактивных формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема 1.1. Введение (предмет и история биомеханики)	2	-	-	-	7	9
2	Тема 1.2. Методы исследования в биомеханике	2	-	8	-	7	17
3	Тема 1.3. Биомеханика двигательного аппарата человека	2	-	8	-	8	18
4	Тема 1.4. Биомеханические аспекты управления движениями человека	2	-	8	-	8	18
5	Тема 1.5. Биомеханика двигательных качеств	2	-	-	-	8	10
6	Тема 1.6 Биомеханика технико-тактического мастерства	2	-	8	-	8	18
7	Тема 1.7. Биомеханика физических упражнений	2	-	8	-	8	18
ИТОГО (в часах)		14	-	40	-	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема 1.1. Введение (предмет и история биомеханики)	-	-	-	-	10	10
2	Тема 1.2. Методы исследования в биомеханике	2	-	2	-	14	18
3	Тема 1.3. Биомеханика двигательного аппарата человека	-	-	2	-	14	16
4	Тема 1.4. Биомеханические аспекты управления движениями человека	2	-	2	-	14	18
5	Тема 1.5. Биомеханика двигательных качеств	-	-	-	-	14	14
6	Тема 1.6 Биомеханика технико-тактического мастерства	-	-	-	-	14	14
7	Тема 1.7. Биомеханика физических упражнений	2	-	2	-	14	18
ИТОГО (в часах)		6	-	8	-	94	108

4.15 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Биохимия человека»

Авторы-разработчики: Тюпаев Игорь Михайлович, доктор биологических наук, профессор кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологический и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учётом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	05.003 D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства. D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов. D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.	ОПК-1.1 Знает: - биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; – химический состав организма человека; – возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; -особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - <i>спортивную биохимию.</i> ОПК-1.2. Умеет: – выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической

		<p>работоспособности.</p> <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования биохимической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности.
<p>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.</p>		<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - <i>спортивную биохимию.</i> <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - <i>давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты),</i>

		<p><i>соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы.</i></p> <p>ОПК-9.3. Имеет опыт: - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе; - владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера.</p>
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Биохимия человека» (Б1.О.Д15) относится к обязательной части блока 1 образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе при обучении на очной и заочной формах. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	54*			54*					
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	26			26					
<i>Семинарские занятия</i>	-			-					
<i>Практические занятия</i>	-			-					
<i>Лабораторные работы</i>	28			28					
<i>Промежуточная аттестация: экзамен</i>	экз			экз					
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	54			54					

<i>В том числе:</i>										
<i>Курсовая работа</i>		-			-					
<i>Расчётно-графические работы</i>		-			-					
<i>Рефераты</i>		-			-					
<i>Письменные самостоятельные работы</i>		-			-					
<i>Изучение теоретического материала</i>		30			30					
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		20			20					
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		4			4					
<i>В том числе:</i>	часы	108			108					
	зачетные единицы	3			3					

**из 54 часов – 22 в активной и интерактивной формах
Заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	14*			14*							
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	6			6							
<i>Семинарские занятия</i>	--			--							
<i>Практические занятия</i>	-			-							
<i>Лабораторные работы</i>	8			8							
<i>Промежуточная аттестация (экзамен)</i>	Экз.			ЭКЗ							
Самостоятельная работа обучающегося	94			94							
<i>В том числе:</i>											

Курсовая работа	-			-						
Расчётно-графические работы	-			-						
Рефераты	-			-						
Письменные самостоятельные работы	-			-						
Изучение теоретического материала	90			90						
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	-			-						
Подготовка к промежуточной аттестации	4			4						
Общая трудоемкость	часы	108		108						
	зачетные единицы	3		3						

*из 14 часов – 6 - в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Лабораторные работы	Практические работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Межуточный обмен веществ	12	--	12	--	28	52
2	Раздел 2. Биохимия тканей и органов	6	--	8	--	12	26
3	Раздел 3. Биохимия питания	4	--	2	--	7	15
4	Раздел 4. Спортивная биохимия	4		6	--	7	15
ИТОГО (в часах)		26	--	28	--	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Лабораторные работы	Практические работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Межуточный обмен веществ	--	--	2	--	46	48
2	Раздел 2. Биохимия тканей и органов	2	--	2	--	20	24
3	Раздел 3. Спортивная биохимия	2	--	2	--	14	18
4	Раздел 4. Биохимия питания	2	--	2	--	14	18
ИТОГО (в часах)		6	--	8	--	94	108

4.16 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Психология и педагогика»

Авторы-разработчики: Скляр Наталья Александровна канд. психол. наук, доцент кафедры психологии

Ефимова Светлана Васильевна канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «НАЗВАНИЕ» «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.		<p>УК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции и средства общения; психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; методы убеждения, аргументации своей позиции; сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства. <p>УК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно взаимодействовать с другими членами

		<p>команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды;</p> <ul style="list-style-type: none">- анализировать состояние дел в учебной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу;- защищать достоинства и интересы обучающихся, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и /или неблагоприятных условиях;- применять технологии развития лидерских качеств и умений;- применять психологические проблемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;- планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их;- управлять учебными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания;- использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; составить психолого-педагогическую
--	--	--

		<p>характеристику (портрет) личности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности; <p>УК-3.3. Имеет навыки: решения образовательных и спортивных задач в составе команды с учетом закономерностей развития и функционирования психики и психической деятельности; решения образовательных и воспитательных задач в составе учебных групп;</p>
<p>УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>		<p>УК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития; - принципы образования в течение всей жизни; - основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; <p>УК-6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы; - разрабатывать и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде; <p>УК-6.3. Имеет навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования

		перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы педагогической деятельности и требований рынка труда; - выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и спортсменов, связанных с особенностями их развития; - формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Психология и педагогика» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-2 курсах при обучении на очной форме и на 1-2 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт/зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>								
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>36*</i>		<i>18*</i>	<i>18*</i>						
<i>В том числе:</i>										
<i>Лекции</i>	<i>12</i>		<i>6</i>	<i>6</i>						
<i>Семинарские занятия</i>	<i>24</i>		<i>12</i>	<i>12</i>						
<i>Практические занятия</i>										
<i>Лабораторные работы</i>										
<i>Промежуточная аттестация</i>			<i>зачет</i>	<i>зачет</i>						
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	<i>36</i>		<i>18</i>	<i>18</i>						

<i>В том числе:</i>										
<i>Курсовая работа</i>										
<i>Расчётно-графические работы</i>										
<i>Рефераты</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		48	24	24						
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>										
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		12	6	6						
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	72	36	36						
	<i>зачетные единицы</i>	2	1	1						

*из 12 часов – 6 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Первый курс							
<i>Раздел Педагогика</i>							
1	Тема 1. Педагогика как общественная наука	2	2	-	-	2	6
2	Тема 2. Педагогический процесс как целостное системное явление	-	2	-	-	2	4
3	Тема 3. Воспитание, обучение и образование в целостном педагогическом процессе	2	2	-	-	6	10
4	Тема 4. Методы осуществления педагогического процесса	2	4	-	-	6	12

5	Тема 5. Семья как социокультурный институт общества	-	2	-	-	2	4
Второй курс							
Раздел Психология							
6	Тема 1. Теоретико-методологические основы психологии	2	2	-	-	4	8
7	Тема 2. Личность и деятельность	1	4	-	-	4	9
8	Тема 3. Психические свойства	1	2	-	-	4	7
9	Тема 4. Психические процессы	2	4	-	-	6	12
ИТОГО (в часах)		12	24	-	-	36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Первый курс							
Раздел Педагогика							
1	Тема 1. Педагогика как общественная наука	-	1	-	-	5	6
2	Тема 2. Педагогический процесс как целостное системное явление	-	1	-	-	5	6
3	Тема 3. Воспитание, обучение и образование в целостном педагогическом процессе	-	2	-	-	8	10
4	Тема 4. Методы осуществления педагогического процесса	-	2	-	-	8	10
5	Тема 5. Семья как социокультурный институт общества	-	-	-	-	4	4
Второй курс							
Раздел Психология							
6	Тема 1. Теоретико-методологические основы психологии	-	1	-	-	5	6
7	Тема 2. Личность и деятельность	-	1	-	-	5	6
8	Тема 3. Психические свойства	-	2	-	-	8	10
9	Тема 4. Психические процессы	-	2	-	-	12	14

ИТОГО (в часах)	-	12	-	-	60	72
------------------------	---	-----------	---	---	-----------	-----------

4.17 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Психология физической культуры и спорта»

Автор-разработчик: Скляр Наталья Александровна канд. психол. наук, доцент кафедры психологии

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.

ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «НАЗВАНИЕ» «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	ОПК-1.1. Знает: психологическую характеристику физического воспитания и спорта; основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых; средства и методы психологической подготовки в избранном виде спорта;
	05.003 D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	ОПК-1.2. Умеет: учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;

		<p><i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;</i></p> <p>ОПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: учета возрастных психологических особенностей занимающихся в процессе планирования занятий;</p>
ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	ОПК-2.1. Знает: критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (психодиагностические и личностно-ориентированные подходы); психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности;
		ОПК-2.2. Умеет: подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС;
		ОПК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта в рамках спортивного отбора;
ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной	05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных	ОПК-6.1. Знает: закономерности психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; механизмы и приемы формирования, поддержания и

<p>деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства 05.003 D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>коррекции мотивации; ОПК-6.2. Умеет: проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; <i>использовать методы стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся;</i> ОПК-6.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающихся и установки на ведение здорового образа жизни.</p>
<p>ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства 05.003 D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ОПК-9.1. Знает: методы измерения и оценки психического состояния занимающихся; принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; ОПК-9.2. Умеет: подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена; использовать методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся: корректурная</p>

		<p>проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.); <i>контролировать психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;</i></p>
		<p>ОПК-9.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта; <i>мониторинга и контроля состояния наилучшей психической готовности занимающегося к спортивным достижениям;</i></p>
<p>ОПК-10 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства 05.003 D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства,</p>	<p>ОПК-10.1. Знает: основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями), несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; методы консультирования; типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; принципы, условия и</p>

	<p>высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией;</p> <p>ОПК-10.2. Умеет: устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами; предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом; учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации; применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;</p> <p>ОПК-10.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: применения психотехнических игр и упражнений с занимающимися физической культурой и спортом; анализа эффективности общения и</p>
--	---	--

Изучение теоретического материала		86				86						
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)												
Подготовка к промежуточной аттестации		8				8						
Общая трудоемкость	часы	108				108						
	зачетные единицы	3				3						

*из 14 часов – 8 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Занимающийся как субъект познания и освоения двигательных действий	2	4	-	-	7	13
2	Психология личности и коллектива в спорте	2	8	-	-	7	17
3	Психологические особенности личности и деятельности тренера	2	6	-	-	8	16
4	Психологические основы общения в спорте	4	6	-	-	8	18
5	Психологические особенности спортивной деятельности	2	4	-	-	2	8
6	Психологические основы спортивной дидактики	2	2	-	-	9	13
7	Психологическое обеспечение спортивной деятельности	4	2	-	-	9	15
8	Психорегуляция в спорте	2	2	-	-	4	8
ИТОГО (в часах)		20	34	-	-	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Занимающийся как субъект познания и освоения двигательных действий	2	-	-	-	7	9
2	Психология личности и коллектива в спорте	-	2	-	-	8	10
3	Психологические особенности личности и деятельности тренера	2	-	-	-	8	10
4	Психологические основы общения в спорте	-	2	-	-	8	10
5	Психологические особенности спортивной деятельности	2	-	-	-	3	5
6	Психологические основы спортивной дидактики	-	2	-	-	22	24
7	Психологическое обеспечение спортивной деятельности	-	1	-	-	20	21
8	Психорегуляция в спорте	-	1	-	-	18	19
ИТОГО (в часах)		6	8	-	-	94	108

4.18 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Физиология человека»

Автор-разработчик: Михайлова Екатерина Алексеевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры физиологии и спортивной медицины

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
<p><i>ОПК-1</i> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 - Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/03.6-Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/05.6 Организация участия</p>	<p>ОПК-1.1. Знает: - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств. - физиологию человека. - физиологию спорта ОПК-1.2. Умеет: – выявлять зависимость между процессами энергообразования</p>

	<p>занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах физиологии, разъяснять занимающимся прикладные аспекты по данному направлению. - анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок; - контролировать физическое и функциональное состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; -разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок. <p>ОПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок. - обучения занимающихся прикладным аспектам физиологии.
<p>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</p>	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-физиологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности; -медико-биологические, психофизиологические требования и возрастные нормы занимающихся в группах этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего

		<p><i>спортивного мастерства.</i></p> <p>- <i>методики медико-биологического тестирования.</i></p> <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <p>- определять анатомо-физиологические показатели физического развития человека;</p> <p>ОПК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>проведения оценки функционального состояния человека</p>
<p>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.</p>	<p>05.003</p> <p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.</p> <p>D/02.6 - Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6-Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6</p> <p>Управление систематической соревновательной деятельностью занимающихся.</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</p>	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <p>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</p> <p>- <i>методики медико-биологического тестирования.</i></p> <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <p>- использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</p> <p>- <i>давать комплексную оценку физической и функциональной подготовленности занимающихся, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности.</i></p> <p>- <i>оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности для повышения спортивных результатов;</i></p> <p>- <i>вести мониторинг и контроль физического и функционального состояния занимающихся при подготовке и выступлениях на соревнованиях;</i></p> <p>ОПК-9.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>-применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</p> <p>-контроля за состоянием</p>

		<p>различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности;</p> <p>- анализа данных медико-биологического контроля занимающихся, выявления проблем и определение методов их решения;</p> <p>- мониторинга и контроля состояний наилучшей готовности занимающегося к спортивным достижениям</p> <p>- анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения и использования данных для коррекций спортивной подготовки</p>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физиология человека» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе при обучении на очной форме и на 2-3 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт и экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	108*			54	54				
<i>В том числе:</i>									
Лекции	50			24	26				
Семинарские занятия	10			4	6				
Практические занятия	38			22	16				
Лабораторные работы	10			4	6				
Промежуточная аттестация				Зач.	Экз.				
Самостоятельная работа обучающегося	108			54	54				
<i>В том числе:</i>									
Курсовая работа				-	-				
Расчётно-графические работы				-	-				
Рефераты				-	-				
Письменные самостоятельные работы				-	-				
Изучение теоретического материала	60			30	30				
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	14			8	6				
Подготовка к промежуточной аттестации	34			16	18				

В том числе:	часы	216			108	108				
	зачетные единицы	6			3	3				

*из 108 часов – 50 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	28*				14	14					
В том числе:											
Лекции	12				6	6					
Семинарские занятия	4				-	4					
Практические занятия	12				8	4					
Лабораторные работы					-	-					
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)					Зач	Экз.					
Самостоятельная работа обучающегося	188				94	94					
В том числе:											
Курсовая работа					-	-					
Расчётно-графические работы					-	-					
Рефераты					-	-					
Письменные самостоятельные работы					-	-					
Изучение теоретического материала	148				74	74					
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)					-	-					
Подготовка к промежуточной аттестации	40				20	20					
Общая трудоемкость	часы	216			108	108					
	зачетные единицы	6			3	3					

*из 28 часов – 12 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Введение в физиологию. Физиология возбудимых мембран	2		2		10	14
2	Физиология нервной системы	8	2	6	2	10	28
3	Физиология сенсорных систем.	2		4		8	14
4	Физиология высшей нервной деятельности	4	2	4		10	20
5	Физиология нервно-мышечного аппарата.	6		6	2	10	24
6	Возрастные особенности управления движениями	2				6	8
Итого за 3 семестр		24	4	22	4	54	108
7	Физиология системы крови	6	2	4		8	20
8	Физиология сердечно-сосудистой системы.	6	2	2	4	8	22
9	Физиология дыхания	4	2	2	2	8	18
10	Физиология пищеварения.	2		2		6	10
11	Физиология обмена веществ и энергии.	4		2		8	14
12	Функции выделения. Физиология терморегуляции.	2		2		6	10
13	Физиология эндокринной системы.	2		2		10	14
Итого за 4 семестр		26	6	16	6	54	108
ИТОГО (в часах)		50	10	38	10	108	216

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Введение в физиологию. Физиология возбудимых мембран	2			16	18
2	Физиология нервной системы	2		2	18	22
3	Физиология сенсорных систем.			2	16	18
4	Физиология высшей нервной деятельности			2	16	18
5	Физиология нервно-мышечного аппарата.	2		2	18	22
6	Возрастные особенности управления движениями				10	10
		6		8	94	108
7	Физиология системы крови	2			14	16
8	Физиология сердечно-сосудистой системы.	2		2	14	18
9	Физиология дыхания	2			14	16
10	Физиология пищеварения.		2		12	14
11	Физиология обмена веществ и энергии.			2	14	16
12	Функции выделения. Физиология терморегуляции.				12	12
13	Физиология эндокринной системы.		2		14	16
		6	4	4	94	108
ИТОГО (в часах)		12	4	12	188	216

4.19 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Автор-разработчик: Бучацкая Ирина Николаевна, кандидат биологических наук, доцент/доцент кафедры физиологии и спортивной медицины

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК - 6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

ОПК – 7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК – 6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.	<p>05.003</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ОПК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; -санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных

		<p>добавок в физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятие «пищевой статус»; -диетологии; -основы организации здорового образа жизни. -порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); -планы восстановительных мероприятий. <p>ОПК-6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических и санитарно-гигиенических основ физкультурно-спортивной деятельности; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания,
--	--	---

		<p>учебных занятий;</p> <ul style="list-style-type: none">- составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания;- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни;- формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих;- вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;- давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;- использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося;- анализировать и
--	--	---

		<p><i>систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям;</i></p> <p><i>-контролировать исполнение занимающимися медицинских предписаний, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья.</i></p> <p>ОПК-6.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки. - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; -обучения занимающихся прикладным аспектам спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии; -обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности; -анализа результатов прохождения занимающимися процедур
--	--	--

		<p><i>и мероприятий медицинского контроля, индивидуальных предписаний медицинских работников, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки;</i></p> <p><i>-контроля выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья;</i></p>
<p>ОПК – 7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p>05.003</p>	<p>ОПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.)

		<ul style="list-style-type: none">- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке.- требования к экипировке,
--	--	--

		спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.
		<p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в

		<p>помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: <p>профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</p> <ul style="list-style-type: none"> -обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;
		<p>ОПК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> -измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и

Самостоятельная работа обучающегося		54									54
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>		-									-
<i>Расчётно-графические работы</i>		10									10
<i>Рефераты (мультимедийные доклады)</i>		20									20
<i>Письменные самостоятельные работы</i>		-									-
<i>Изучение теоретического материала</i>		12									12
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		6									6
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		6									6
<i>В том числе:</i>	часы	108									108
	зачетные единицы	3									3

*из 54 часов – 18 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	14*							14			
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	6							6			
<i>Семинарские занятия</i>	-							-			
<i>Практические занятия</i>	8							8			
<i>Лабораторные работы</i>	-							-			
<i>Промежуточная аттестация (экзамен)</i>	ЭКЗ							ЭКЗ			
Самостоятельная работа обучающегося	94							94			
<i>В том числе:</i>											

Курсовая работа	-												
Расчётно-графические работы	20							20					
Рефераты (мультимедийные доклады)	32							32					
Письменные самостоятельные работы	-							-					
Изучение теоретического материала	-							-		-			
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	-							-					
Подготовка к промежуточной аттестации	42							42					
Общая трудоемкость	часы	108						108					
	зачетные единицы	3						3					

*из 14 часов – 6 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Введение в предмет. Гигиена физического воспитания и спорта.	2	-	2	-	4	8
2	Гигиенические требования к спортивным сооружениям.	4	-	8	-	11	23
3	Гигиенические требования к питанию спортсменов.	4	-	12	-	13	29
4	Гигиена закаливания спортсменов.	2	-	2	-	5	9
5	Личная гигиена спортсмена.	2	-	4	-	5	11

	Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви.						
6	Учёт биоритмов в спорте.	-	-	4	-	5	9
7	Система гигиенического обеспечения спортивной тренировки и соревнований.	4	-	4	-	11	19
ИТОГО (в часах)		18	-	36	-	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Введение в предмет. Гигиена физического воспитания и спорта.	2	-	-	-	10	12
2	Гигиенические требования к спортивным сооружениям.	2	-	4	-	10	16
3	Гигиенические требования к питанию спортсменов.	2	-	4	-	10	16
4	Гигиена закаливания спортсменов.	-	-	-	-	10	10
5	Личная гигиена спортсмена. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви.	-	-	-	-	10	10
6	Учёт биоритмов в спорте.	-	-	-	-	10	10
7	Система гигиенического обеспечения спортивной тренировки и соревнований.	-	-	-	-	34	34
ИТОГО (в часах)		6	-	8	-	94	108

4.20 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Педагогика физической культуры и спорта»

Автор-разработчик: Багина Валентина Анатольевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения.

ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.

ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта.

ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции, соотнесённые с профессиональным стандартом Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде		<p>УК-31. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); - источники, причины и способы управления конфликтами; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий <p>УК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентацией результатов работы команды; - планировать, организовывать и координировать работу в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и

		<p>тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания;</p> <ul style="list-style-type: none"> -составить психолого-педагогическую характеристику; - устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно – спортивной деятельности
<p>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>(05.003) D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>УК-3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решения образовательных и спортивных задач в составе команды <p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - <i>примерную программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать содержания занятий по общей физической и специальной подготовке с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки, положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических особенностей и уровня подготовленности, занимающихся различного пола и возраста, материально-технического оснащения, погодных и гигиенических условий; -планировать учебно – воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной программой -<i>интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности занимающихся для выявления перспективных занимающихся</i>

		<p>ОПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; анализа существенных условий для разработки планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке (содержание рабочего плана спортивной подготовки, половозрастные особенности, уровень подготовленности занимающихся, длительность занятия, методические указания тренера); <i>анализа состояния здоровья, уровня подготовленности, результатов, достигнутых занимающимися на тренировочном этапе (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений)</i>
<p>ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>0 (05.003) D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - <i>методы выявления задатков и способностей, оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных</i>

		<p><i>качеств, психических особенностей занимающихся с учетом спортивной ориентации</i></p> <p>ОПК-5.2. Умеет: решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; общаться с детьми различных возрастных категорий; проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; составлять психолого – педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; <i>прогнозировать развитие общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся</i></p> <p>ОПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; -разъяснения детям, подросткам и молодежи ценности занятий оздоровительными физическими упражнениями, привлечение детей, подростков и молодежь в группы спортивно-оздоровительного этапа; составления психолого – педагогической характеристики занимающегося физической культуры и спорта; <i>анализа состояния здоровья, уровня подготовленности, результатов, достигнутых занимающимися на тренировочном этапе (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и</i></p>
--	--	--

<p>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>(код 05.003) D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p><i>психологических обследований, антропометрических измерений)</i></p> <p>ОПК-6.1. Знает: цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; -составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - <i>методики комплексной оценки подготовленности занимающихся</i></p> <p>ОПК-6.2. Умеет: проводить мероприятия по санитарно - просветительной работе в спортивных коллективах; рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; <i>давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности</i></p> <p>ОПК-6.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; -использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом; <i>-оценки на основании собранной информации личностно-психических качеств, способностей занимающихся к достижению высших спортивных результатов в виде спорта, к</i></p>
---	--	--

		<p><i>перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок, определение степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения в экстремальных условиях, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам</i></p>
<p>ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта.</p>	<p>(код 05.003) D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта; - методики комплексной оценки подготовленности занимающихся <p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения; - поддерживать учебную дисциплину во время занятий; корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях; определять цели и задачи деятельности спортивного актива; контролировать и направлять работу спортивного актива; оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта;

		<p><i>давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности</i></p> <p>ОПК-10.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - организации выполнения занимающимся контрольных испытаний, соревновательных и контрольных прикидок для принятия решения, о переводе занимающегося на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства, фиксация и аналитическая обработка результатов тестирования</p>
<p>ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<p>(код 05.003) D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-12.1. Знает: - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - этические нормы в области спорта и образования; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и</p>

		<p>здоровье обучающихся; -федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта</p> <p>ОПК-12.2. Умеет: ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации с занимающимися; <i>использовать техники оценки подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки</i></p> <p>ОПК-12.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; <i>подготовки заключения о целесообразности перевода или зачисления занимающегося на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства</i></p>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Педагогика физической культуры и спорта» относится к обязательной части учебного плана блока 1 образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе (4 семестр) при обучении на очной форме и на 2 курсе (4 семестр) на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт (4 семестр).

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	54*				54				
В том числе:									
Лекции	24				24				

<i>Семинарские занятия</i>		20				20				
<i>Практические занятия</i>		10				10				
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>						зачет				
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>		54				54				
<i>В том числе:</i>										
<i>Рефераты</i>		-				-				
<i>Письменные самостоятельные работы</i>		6				6				
<i>Изучение теоретического материала</i>		34				34				
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		6				6				
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		8				8				
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	108				108				
	<i>зачетные единицы</i>	3				3				

**из 54 часов- 20 в активной и интерактивной формах*

Заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	14*				14				
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	6				6				
<i>Семинарские занятия</i>	-								
<i>Практические занятия</i>	8				8				

Промежуточная аттестация (зачет)						зач				
Самостоятельная работа обучающегося		94				94				
В том числе:										
Рефераты		-				-				
Письменные самостоятельные работы		8				8				
Изучение теоретического материала		62				62				
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)		16				16				
Подготовка к промежуточной аттестации		8				8				
Общая трудоемкость	часы	108				108				
	зачетные единицы	3				3				

*из 54 часов 8 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	Тема 1.1. Проблемы и задачи педагогики физической культуры и спорта	2	-	4	4	10
	Тема 2.1. Структура и содержание профессиональной педагогической компетентности специалиста как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности	4	2	2	4	12
	Тема 2.2 Педагогическое мастерство спортивного педагога	2	2	2	4	10
	Тема 2.3. Культура внешнего вида спортивного педагога	-	-	2	4	6

	Тема 2.4 Основы мимической и пантомимической выразительности педагога	-	-	2	4	6
	Тема 2.5. Педагогическое общение как форма педагогического взаимодействия спортивного педагога	2	4	2 (1 час к. р.)	4	12
	Тема 3.1. Особенности воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом, как раздел педагогики спорта	2	-	2	4	8
	Тема 3.2. Структура и содержание воспитательного процесса	2	-	-	4	6
	Тема 3.3. Особенности самовоспитания в спорте	2	2	-	4	8
	Тема 3.4. Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом	2		2 (1 час к. р.)	4	8
	Тема 3.5. Особенности педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения	-	-	-	4	4
	Тема 4.1. Структура процесса обучения	2	-	-	4	6
	Тема 4.1 Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта	4	-	2	6	12
ИТОГО (в часах)		24	10	20	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Самостоятельная работа студента	
					Самостоятельная работа студента	Всего часов
	Тема 1.1. Проблемы и задачи педагогики физической культуры и спорта	2	-	-	7	9
	Тема 2.1. Структура и содержание профессиональной педагогической компетентности специалиста как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности	2	2	-	7	11
	Тема 2.2 Педагогическое мастерство спортивного педагога	-	2	-	4	6
	Тема 2.3. Культура внешнего вида спортивного педагога	-	2	-	7	9

	Тема 2.4 Основы мимической и пантомимической выразительности педагога	-	-	-	4	4
	Тема 2.5. Педагогическое общение как форма педагогического взаимодействия спортивного педагога	-	2	-	10	12
	Тема 3.1. Особенности воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом, как раздел педагогики спорта	-	-	-	10	10
	Тема 3.2. Структура и содержание воспитательного процесса	-	-	-	10	10
	Тема 3.3. Особенности самовоспитания в спорте	-	-	-	7	7
	Тема 3.4. Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом	-	-	-	8	8
	Тема 3.5. Особенности педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения	-	-	-	4	4
	Тема 4.1. Структура процесса обучения	-	-	-	8	8
	Тема 4.1 Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта	2	-	-	8	10
ИТОГО (в часах)		6	8		94	108

4.21 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Научно-методическая деятельность»

Автор-разработчик: Челноков Андрей Алексеевич, доктор биологических наук, доцент, профессор кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	-	УК-1.1. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - особенности системного подхода в научном познании; - основные технологии поиска и сбора информации; - информационно-поисковые системы и базы данных; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы) УК-1.2. Умеет: <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией,

		<p>представленной в различной форме;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода.
		<p>УК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.
<p>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в</p>	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль исследовательской деятельности в

<p>эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта. - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования;
--	--	--

		<ul style="list-style-type: none">- теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности;- назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте;- алгоритм построения педагогического эксперимента;- способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных;- требования к написанию и оформлению квалификационной работы;- способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования;- правила применения корректных заимствований в текстах;- правила библиографического описания и библиографической ссылки. <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;- собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного
--	--	---

		<p>процессов;</p> <ul style="list-style-type: none">- использовать научную терминологию;- классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования;- актуализировать проблематику научного исследования;- определять задачи научного исследования;- анализировать инновационные методики;- определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу;- подбирать и использовать методы исследования в ИВС;- использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;- использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ);- интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС;- анализировать и интерпретировать полученные результаты;- формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации;- составлять и оформлять список литературы;- представлять результаты собственных исследований перед
--	--	--

		<p>аудиторией;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений. <p>ОПК-11.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Научно-методическая деятельность» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной.

Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>
---------------------------	--------------------	-----------------

		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	54*			54*					
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	8			8					
<i>Семинарские занятия</i>	6			6					
<i>Практические занятия</i>	40			40					
<i>Лабораторные работы</i>				-					
<i>Промежуточная аттестация</i>	<i>экзамен</i>			<i>экзамен</i>					
Самостоятельная работа обучающегося	54			54					
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>				-					
<i>Расчётно-графические работы</i>	-			-					
<i>Рефераты</i>				-					
<i>Письменные самостоятельные работы</i>				-					
<i>Изучение теоретического материала</i>	30			30					
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	20			20					
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	4			4					
<i>В том числе:</i>	часы	108		108					
	зачетные единицы	3		3					

*из 54 часов – 22 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
---------------------------	--------------------	-----------------

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	14*							14*			
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	6							6			
<i>Семинарские занятия</i>	2							2			
<i>Практические занятия</i>	6							6			
<i>Лабораторные работы</i>								-			
<i>Промежуточная аттестация</i>	<i>экзамен</i>							<i>экзамен</i>			
Самостоятельная работа обучающегося	94							94			
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>								-			
<i>Расчётно-графические работы</i>								-			
<i>Рефераты</i>								-			
<i>Письменные самостоятельные работы</i>								-			
<i>Изучение теоретического материала</i>	90							90			
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>								-			
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	4							4			
Общая трудоемкость	часы	108						108			
	зачетные единицы	3						3			

*из 14 часов – 12 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Введение в научную и методическую деятельность в области физической культуры и спорта.	2	4	4	18	28
2	Раздел 2. Виды научных и методических работ, их структура и содержание.	-	2	4	18	24
3	Раздел 3. Общая характеристика современных научных методов исследования в области физической культуры и спорта.	6		28	-	32
4	Раздел 4. Современные информационно-коммуникативные технологии в научной работе студентов.	-		4	18	24
ИТОГО (в часах)		8	6	40	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Введение в научную и методическую деятельность в области физической культуры и спорта.	2	2	-	24	28
2	Раздел 2. Виды научных и методических работ, их структура и содержание.	-	-	-	24	24
3	Раздел 3. Общая характеристика современных научных методов исследования в области физической культуры и спорта.	4	-	6	22	32
4	Раздел 4. Современные информационно-коммуникативные технологии в научной работе студентов.	-	-	-	24	24
ИТОГО (в часах)		6	2	6	94	108

4.22 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «История физической культуры и спорта»

Автор-разработчик : Белюков Д.А., к.и.н., доцент кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

ОПК-6.

Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Индикаторы достижения
1	2	3
<p>УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>		<p>УК-5 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, <p>УК-5 Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов,

		<p>явлений и событий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта <p>УК-5 Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
<p>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>		<p>ОПК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - социальную роль физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; <p>ОПК-6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о

Рефераты													
Письменные самостоятельные работы													
Изучение теоретического материала		72	72										
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)													
Подготовка к промежуточной аттестации		22	22										
Общая трудоемкость	часы	108	108										
	зачетные единицы	3	3										

из 14 часов – 6 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Разделы и темы	Лекции	Семинары	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Всеобщая история физической культуры и спорта				
	Тема 1. Введение в предмет. Физическая культура в период первобытного строя.	1	2	4	7
	Тема 2. Физическая культура в Древнем Мире	1	2	4	7
	Тема 3. Физическая культура в Средние века	2	2	4	8
	Тема 4. Физическая культура и спорт в период Нового времени (XVII - начало XX века).	2	2	6	10
	Тема 5. Физическая культура и спорт в зарубежных странах во второй половине XX века (Новейшее время)	2	4	4	10
2	Раздел 2. История физической культуры и спорта в России				
	Тема 1. Физическая культура и спорт в России с древнейших времен до начала 18 века	2	2	4	8
	Тема 2. Физическая культура и спорт в Российской империи с 18 века до второй половины 19 века	2	2	4	8
	Тема 3. Физическая культура и спорт в России с 19 века до середины 20 века	2	4	6	12

	Тема 4. Физическая культура и спорт в Российской Федерации после распада СССР	2	4	5	11
3	Раздел 3. История Международного спортивного и олимпийского движения				
	Тема 1. Возникновение и развитие Международного спортивного и Олимпийского движения	2	4	6	12
	Тема 2. Современное Олимпийское движение	2	6	7	15
	ИТОГО (в часах)	20	34	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Разделы и темы	Лекции	Семинары	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Всеобщая история физической культуры и спорта				
	Тема 1. Введение в предмет. Физическая культура в период первобытного строя.	1		6	7
	Тема 2. Физическая культура в Древнем Мире	1		6	7
	Тема 3. Физическая культура в Средние века	2		6	8
	Тема 4. Физическая культура и спорт в период Нового времени (XVII - начало XX века).	2		10	12
	Тема 5. Физическая культура и спорт в зарубежных странах во второй половине XX века (Новейшее время)		2	6	8
2	Раздел 2. История физической культуры и спорта в России				
	Тема 1. Физическая культура и спорт в России с древнейших времен до начала 18 века		2	6	8
	Тема 2. Физическая культура и спорт в Российской империи с 18 века до второй половины 19 века		2	6	8
	Тема 3. Физическая культура и спорт в России с 19 века до середины 20 века		2	10	12
	Тема 4. Физическая культура и спорт в Российской Федерации после распада СССР			10	10
3	Раздел 3. История Международного спортивного и олимпийского движения				

Тема 1. Возникновение и развитие Международного спортивного и Олимпийского движения			14	14
Тема 2. Современное Олимпийское движение			14	14
ИТОГО (в часах)	6	8	94	108

4.23 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Теория и методика физической культуры и спорта»

Авторы-разработчики: Копаев Валерий Павлович, кандидат педагогических наук, доцент, Прянишникова Ольга Альфонсовна, кандидат биологических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий;

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся;

ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности;

ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Компетенция	Код профессионального стандарта, код трудовой функции (при наличии) и наименование трудовой функции, соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.	05.003 D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.	ОПК-1.1. Знает: - критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы

		<p>занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - документы планирования образовательного процесса; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - <i>федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;</i> - <i>виды, содержание и технологии планирования тренировочных занятий;</i> - <i>актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами;</i> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - <i>определять задачи и содержание тренировочного процесса для достижения цели;</i> - <i>планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки;</i> - <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями занимающихся;</i>
--	--	---

		<p>- контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося;</p> <p>ОПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - подготовки проектов многолетних и текущих (годовых) планов спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; - разработки оперативных планов спортивной подготовки групп тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), планов тренировочных занятий; - составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства.
<p>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</p>	<p>D/01.6. Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.</p>	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (спортивно-интегративные подходы); - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - теорию и методологию спортивного отбора, основные принципы и методы спортивного отбора, методики массового и индивидуального отбора в

		<p><i>виде спорта, методику выявления общих и специальных спортивных способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>методы выявления задатков и способностей, оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств занимающихся с учетом спортивной ориентации;</i> - <i>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;</i> <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - выявлять способности занимающихся к достижению высоких спортивных результатов, к перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок; - использовать техники оценки подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам по виду спорта; <p>ОПК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - выявления наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведения набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации;
--	--	---

		<p><i>-организации выполнения контрольных испытаний и аналитическая обработка результатов тестирования;</i></p> <p><i>- анализа уровня подготовленности, результатов, достигнутых занимающимися на тренировочном этапе (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения).</i></p>
<p>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования; - систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре; - <i>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;</i> - <i>актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами;</i> - <i>продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов;</i> - <i>содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке;</i> <p>ОПК-9.2. Умеет:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля; - <i>контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий;</i> - <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями занимающегося;</i> <p>ОПК-9.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения методов контроля движений и физических способностей человека; - <i>проведения педагогического контроля занимающихся во время теоретических и тренировочных занятий, выступлений на соревнованиях;</i> - <i>оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося.</i>
<p>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроле, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта; - тенденции развития физической

		<p>культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта. - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте; - систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности; - <i>систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</i> - <i>методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации;</i> <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - использовать научную терминологию; - классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику
--	--	---

		<p>научного исследования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и оценивать эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности; -оценивать результативность спортивной подготовки на тренировочном этапе, определять резервы, эффективные средства и методы повышения результативности тренировочного процесса; - анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; <p>ОПК-11.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - оценки эффективности подготовки занимающихся в группах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), внесения корректив в дальнейшую подготовку занимающихся; - подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий.
<p>ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного</p>	<p>D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего</p>	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного

процесса	спортивного мастерства	<p>образования детей по физической культуре и спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - <i>содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке;</i> - <i>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;</i> - <i>содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке;</i> <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - <i>контролировать физическое, функциональное состояние</i>
----------	------------------------	---

		<p>занимающихся во время проведения тренировочных занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями занимающихся; - оценивать результативность подготовки занимающихся; <p>ОПК-14.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - педагогического контроля занимающихся во время теоретических и тренировочных занятий, выступлений на соревнованиях; <p>подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществления периодического и текущего контроля результатов исполнения групповых и индивидуальных планов спортивной подготовки занимающихся.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» относится к обязательной части Блока 1. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе при обучении на очной форме (3-4 семестры) и на 2 курсе – на заочной (3-4 семестры). Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>
---------------------------	--------------------	-----------------

Контактная работа преподавателей с обучающимися		28*	-	-	14	14	-	-	-	-	-	-
<i>В том числе:</i>												
<i>Лекции</i>		12	-	-	6	6	-	-	-	-	-	-
<i>Семинарские занятия</i>		8	-	-	8	-	-	-	-	-	-	-
<i>Практические занятия</i>		8	-	-	-	8	-	-	-	-	-	-
<i>Лабораторные работы</i>		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Промежуточная аттестация</i>		ЭКЗ.	-	-	ЭКЗ.	ЭКЗ.	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа обучающегося		188	-	-	94	94	-	-	-	-	-	-
<i>В том числе:</i>												
<i>Курсовая работа</i>		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Расчётно-графические работы</i>		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Рефераты</i>		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Письменные самостоятельные работы</i>		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Изучение теоретического материала</i>		124	-	-	62	62	-	-	-	-	-	-
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		32	-	-	16	16	-	-	-	-	-	-
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		32	-	-	16	16	-	-	-	-	-	-
Общая трудоемкость	часы	216	-	-	108	108	-	-	-	-	-	-
	зачетные единицы	6	-	-	3	3	-	-	-	-	-	-

*Из 28 часов – 20 в активной и интерактивной формах.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Введение в теорию физической культуры	6	6	–	–	6	18
2	Общие основы теории и методики физического воспитания	18	24	–	–	48	90
3	Физическая культура человека в различные периоды возрастного развития	26	20	8	–	54	108
ИТОГО (в часах)		50	50	8	–	108	216

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Введение в теорию физической культуры	2	-	-	-	16	18
2.	Общие основы теории и методики физического воспитания	4	8	-	-	78	90
3.	Физическая культура человека в различные периоды возрастного развития	6	–	8	–	94	108
ИТОГО (в часах):		12	8	8	–	188	216

4.24 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Менеджмент физической культуры и спорта»

Автор-разработчик: Богданова Светлана Вячеславовна, к.п.н., доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта

ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики

ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» Код 05.003	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений		УК-2.1. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - требования и принципы целеполагания; - принципы и методы планирования; - виды и содержание планирования в физической культуре и спорте; - методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях; □ УК-2.2. Умеет: <ul style="list-style-type: none"> - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области

		<p>физической культуры и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; <p>□ УК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.
<p>ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</p>		<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; <p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения; - вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся; - определять цели и задачи деятельности спортивного актива; - контролировать и направлять работу спортивного актива; <p>ОПК-10.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - распределения задач и обязанностей в соответствии со знаниями и опытом членов коллектива (команды); - руководства работой спортивного актива;

<p>ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>		<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта; <p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых
---	--	---

		<p>актов;</p> <p>ОПК-12.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; -разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований.
<p>ОПК-13.</p> <p>Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>		<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - виды и организацию соревнований в ИВС; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей. <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; <p>ОПК-13.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ

10	Органы управления физической культурой и спортом	2	4	-	-	5	11
11	Планирование и организация проведения спортивного соревнования и физкультурно-спортивного мероприятия	2	2	-	-	5	9
12	Система подготовки, повышения квалификации и переподготовки специалистов физической культуры и спорта	2	2	-	-	5	9
	Итого	20	34	-	-	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Менеджмент в сфере физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина	2		-	-	7	9
2	Информационное обеспечение менеджмента в сфере физической культуры и спорта	2		-	-	7	9
3	Информационный обмен в организации	2		-	-	7	9
4	Правовые основы менеджмента в сфере физической культуры и спорта		2	-	-	7	9
5	Менеджмент в физической культуре и спорте как система		2	-	-	8	10
6	Управленческое решение как системный инструмент менеджмента в физической культуре и спорте		2	-	-	8	10
7	Система управление организацией		2	-	-	10	12

8	Человеческий фактор организации			-	-	10	10
9	Физкультурно-спортивная организация как открытая система			-	-	7	7
10	Органы управления физической культурой и спортом			-	-	7	7
11	Планирование и организация проведения спортивного соревнования и физкультурно-спортивного мероприятия			-	-	8	8
12	Система подготовки, повышения квалификации и переподготовки специалистов физической культуры и спорта			-	-	8	8
	Итого	6	8	-	-	94	108

4.25 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профилактика наркомании и других негативных социальных последствий средствами физической культуры»

Автор-разработчик: Сазонова Людмила Анатольевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры физиологии и спортивной медицины

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения;

ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения		<p>Знает: ОПК-5 - способы формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности; - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.</p> <p>Умеет: ОПК-5 - решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-</p>

		<p>нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; -проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.
		<p><i>Имеет навыки:</i> <i>ОПК-5</i> <ul style="list-style-type: none"> - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных </p>

		<p><i>соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.
<p><i>ОПК-6</i> Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>		<p><i>Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; <p><i>Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; -определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной

		<p>подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; - проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; - применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих <p><i>Имеет навыки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе,
--	--	---

		<p>значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; - совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Профилактика наркомании и других негативных социальных последствий средствами физической культуры» относится к обязательной части блока 1 учебного плана основной образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>								
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>30*</i>								<i>30*</i>	

<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>		10								10	
<i>Семинарские занятия</i>											
<i>Практические занятия</i>		20								20	
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>											
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>		78								78	
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>											
<i>Расчётно-графические работы</i>											
<i>Рефераты</i>		20								20	
<i>Письменные самостоятельные работы</i>											
<i>Изучение теоретического материала</i>		20								20	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		18								18	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		20								20	
<i>В том числе:</i>	часы	108								108	
	зачетные единицы	3								3	

**из 30 часов – 12 в активной и интерактивной формах
Заочная форма обучения*

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>									
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	14*									14*	
<i>В том числе:</i>											

<i>Лекции</i>	6									6		
<i>Семинарские занятия</i>												
<i>Практические занятия</i>	8									8		
<i>Лабораторные работы</i>												
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>												
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	94									94		
<i>В том числе:</i>												
<i>Курсовая работа</i>												
<i>Расчётно-графические работы</i>												
<i>Рефераты</i>	34									34		
<i>Письменные самостоятельные работы</i>												
<i>Изучение теоретического материала</i>	30									30		
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>												
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	30									30		
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	108								108		
	<i>зачетные единицы</i>	3								3		

*из 14 часов – 6 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Вредные привычки как многоаспектная проблема современного общества	2		2		15	19
2	Влияние табакокурения и алкоголизма на организм и здоровье человека	2		4		20	26
3	Проблема наркотической зависимости в современном мире Первый контакт человека с наркотиком.	2		4		15	21
4	Устойчивое патологическое состояние организма при употреблении наркотиков	2		4		20	26
5	Профилактические ресурсы физической культуры и спорта	2		6		8	16
ИТОГО (в часах)		10		20		78	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Вредные привычки как многоаспектная проблема современного общества	2		2		15	19

2	Влияние табакокурения и алкоголизма на организм и здоровье человека	2		2		24	28
3	Проблема наркотической зависимости в современном мире Первый контакт человека с наркотиком.	2		2		15	19
4	Устойчивое патологическое состояние организма при употреблении наркотиков					24	24
5	Профилактические ресурсы физической культуры и спорта			2		16	18
ИТОГО (в часах)		6		8		94	108

4.26 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профилактика применения допинга»

Автор-разработчик: Андриянова Екатерина Юрьевна, доктор биологических наук, профессор кафедры физиологии и спортивной медицины

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>05.003</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ОПК-8.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - <i>планы антидопинговых мероприятий;</i> - <i>основные виды нарушений антидопинговых правил и последствия их нарушения;</i> - <i>права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля;</i> - <i>национальный план борьбы с допингом в спорте;</i> - <i>основные виды нарушений антидопинговых правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски;</i> - <i>методы организации допинг-контроля, права и обязанности</i>

		<p><i>спортсмена при прохождении допинг-контроля;</i></p> <p><i>- методы организации апелляционных процедур</i></p> <hr/> <p>ОПК-8.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинг; - <i>проводить контроль прохождения занимающимся процедур допинг-контроля;</i>
--	--	---

		<p>- вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</p> <p>- оформлять запрос на терапевтическое использование фармакологических средств, а также на модификации фармакологических средств, разрешенных для занимающегося;</p> <p>- оформлять запрос на отсрочку отбора пробы по уважительным причинам;</p> <p>- оформлять запрос на представителя, переводчика при выполнении процедур допинг-контроля;</p> <p>- устанавливать признаки нарушения правил отбора пробы и прав спортсмена при прохождении процедуры допинг-контроля;</p> <p>- контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств;</p> <p>- создавать условия непримиримости к использованию допинга спортсменами, тренерским составом спортивной команды</p> <hr/> <p>ОПК-8.3 Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>- выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;</p> <p>- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц;</p> <p>- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте;</p> <p>- изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте;</p> <p>- внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с</p>
--	--	---

		<p>совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ; - анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; - разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; - осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов; - предупреждения случаев применения допинга во время тренировок; - информирования занимающихся о номенклатуре запрещенных препаратов и манипуляций, о психологических и имиджевых последствиях использования допинга, об организационных и процедурных аспектах допинг-контроля; - обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности; - консультирования занимающихся по выполнению антидопинговых правил, о правах и обязанностях спортсмена при прохождении процедуры допинг-тестирования, о правилах оформления запросов и подачи протестов, апелляций; - проведения дополнительных контрольных процедур для минимизации рисков нарушения антидопинговых правил, включая регулярное получение информации от занимающегося о месте его нахождения, о номенклатуре принимаемых занимающимся
--	--	---

		<i>фармакологических средств</i>							
МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ									
Дисциплина «Профилактика применения допинга» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.									
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ									
<i>Очная форма обучения</i>									
Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	18*						18*		
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	8						8		
<i>Семинарские занятия</i>	8						8		
<i>Практические занятия</i>	2						2		
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>							зач		
Самостоятельная работа обучающегося	54						54		
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	46						46		
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	4						4		
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	4						4		

	АДАМС. Биологический паспорт спортсмена						
7	Разрешение на терапевтическое использование	-	-	2	-	6	8
8	Антидопинговый контроль. Наказания за нарушение антидопинговых правил	-	2	-	-	6	8
9	Ущерб, наносимый допингом спортивной идее. Пути предотвращения распространения допинга в спорте	-	4	-	-	6	10
ИТОГО (в часах)		8	8	2	-	54	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	История допинга и антидопингового контроля. Причины распространения допингов в спорте	1	-	-	-	6	7
2	Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА), как международная, независимая организация, контролирующая глобальную борьбу с допингом в спорте. Международное и национальное антидопинговое правовое регулирование	1	-	-	-	6	7
3	Всемирный антидопинговый кодекс	-	1	-	-	7	8

4	Определение допинга. Десять антидопинговых правил	-	1	-	-	7	8
5	Запрещённый список. Последствия для здоровья при использовании запрещённых веществ и методов	2	-	-	-	7	9
6	Соревновательное и внесоревновательное тестирование. Система АДАМС. Биологический паспорт спортсмена	-	-	1	-	7	8
7	Разрешение на терапевтическое использование	-	-	1	-	7	8
8	Антидопинговый контроль. Наказания за нарушение антидопинговых правил	-	2	-	-	7	9
9	Ущерб, наносимый допингом спортивной идее. Пути предотвращения распространения допинга в спорте	-	-	-	-	8	8
ИТОГО (в часах)		4	4	2	-	62	72

4.27 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Правовые основы физической культуры и спорта»

Автор-разработчик: Богданова Светлана Вячеславовна, к.п.н., доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» Код 05.003	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений		УК-2.1. Знает: - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования; УК-2.2. Умеет: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; УК-2.3. Имеет опыт: - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.
ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной		ОПК-12.1. Знает: - понятия и признаков правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры

ЭТИКИ		<p>и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта; - положения и регламенты спортивного арбитражного судопроизводства; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние; - этические нормы в области спорта и образования. <p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом;
-------	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров. ОПК-12.3. Имеет опыт: <ul style="list-style-type: none"> - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по разрешению споров в области физической культуры и спорта.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Правовые основы физической культуры и спорта» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе при обучении на очной и 5 курсе на заочной форме. Вид промежуточной аттестации: зачет.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>

Контактная работа преподавателей с обучающимися	36*											36
<i>В том числе:</i>												
<i>Лекции</i>	<i>10</i>											<i>10</i>
<i>Семинарские занятия</i>	<i>26</i>											<i>26</i>
<i>Практические занятия</i>	<i>-</i>											<i>-</i>
<i>Лабораторные работы</i>	<i>-</i>											<i>-</i>
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>	<i>зачет</i>											<i>Зачет</i>
Самостоятельная работа обучающегося	72											72
<i>В том числе:</i>												
<i>Курсовая работа</i>	<i>-</i>											<i>-</i>
<i>Расчётно-графические работы</i>	<i>-</i>											<i>-</i>
<i>Рефераты</i>	<i>-</i>											<i>-</i>
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	<i>-</i>									<i>-</i>		<i>-</i>
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>62</i>											<i>62</i>
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	<i>4</i>											<i>4</i>
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	<i>6</i>											<i>6</i>
<i>В том числе:</i>	часы	108										108
	зачетные единицы	3										3

*из 36 часов – 16 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Контактная работа преподавателей с обучающимися		14*																	14
<i>В том числе:</i>																			
<i>Лекции</i>		6																	6
<i>Семинарские занятия</i>																			
<i>Практические занятия</i>		8																	8
<i>Лабораторные работы</i>																			
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>		<i>зачет</i>																	<i>зачет</i>
Самостоятельная работа обучающегося		94																	94
<i>В том числе:</i>																			
<i>Курсовая работа</i>																			
<i>Расчётно-графические работы</i>																			
<i>Рефераты</i>																			
<i>Письменные самостоятельные работы</i>																			
<i>Изучение теоретического материала</i>		84																	84
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		4																	4
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		6																	6
Общая трудоемкость	часы	108																	108
	зачетные единицы	3																	3

*из 14 часов – 8 часов в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Государство и право в развитии физической культуры и спорта	-	2	-	-	9	11
2	Нормативно-правовая база в сфере физической культуры и спорта	2	6	-	-	9	17
3	Правовое регулирование деятельности государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом, общественных объединений физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности	2	6	-	-	9	17
4	Социально-правовое положение специалистов сферы физической культуры и спорта	2	2	-	-	9	13
5	Порядок заключение трудового договора в сфере физической культуры и спорта	2	4	-	-	9	15
6	Нормативно-правовое обеспечение механизма спонсорской деятельности	2	2	-	-	9	13
7	Преступления в сфере физической культуре и спорте	-	2	-	-	9	11
8	Правовое регулирование, рассмотрения и разрешения спортивных споров	-	2	-	-	9	11
	Итого	10	26	-	-	72	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Государство и право в развитии физической культуры и спорта	2	-	-	-	10	12
2	Нормативно-правовая база в сфере физической культуры и спорта	2	-	-	-	12	14
3	Правовое регулирование деятельности государственных и общественных органов управления физической культурой и спортом, общественных объединений физкультурно-оздоровительной и спортивной направленности	2	-	-	-	12	14
4	Социально-правовое положение специалистов сферы физической культуры и спорта	-	2	-	-	12	14
5	Порядок заключение трудового договора в сфере физической культуры и спорта	-	2	-	-	12	14
6	Нормативно-правовое обеспечение механизма спонсорской деятельности	-	2	-	-	12	14
7	Преступления в сфере физической культуре и спорте	-	2	-	-	12	14
8	Правовое регулирование, рассмотрения и разрешения спортивных споров	-	-	-	-	12	12

	Итого	6	8	-	-	94	108
--	--------------	----------	----------	----------	----------	-----------	------------

4.28. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Теория и методика обучения базовым видам спорта» (гимнастика, легкая атлетика, плавание, спортивные и подвижные игры, лыжная подготовка)

Автор-разработчик: Ткачева Ольга Ивановна, к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики (гимнастика)

Филина Ирина Александровна, к.п.н., доцент кафедры ТиМ лыжного спорта (лыжная подготовка)

Никулина Жанна Валентиновна, к.п.н., доцент (легкая атлетика)

Поповская Мария Николаевна, преподаватель ТиМ спортивных игр (подвижные и спортивные игры)

Павлова Ольга Викторовна, преподаватель ТиМ лыжного спорта (плавание)

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК - 1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление	ОПК-1.1. Знает -положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные

	<p>систематической соревновательной деятельностью занимающегося F/01.6 Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды</p>	<p>формы занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий); - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - содержание и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - правила и организацию соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - терминологию, классификацию
--	--	--

		<p>и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастнo-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - ставить различные виды задач
--	--	--

		<p>и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и
--	--	--

		<p>особенностями занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС; - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
<p>ОПК-3.Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ОПК-3.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой

		<p>атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения гимнастическим упражнениям; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений; - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой; - правила и организацию соревнований в легкой атлетике; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - основы техники способов передвижения на лыжах; - методики обучения способам передвижения на лыжах; - методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки; - методики контроля и оценки технической и физической
--	--	---

		<p>подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в
--	--	--

		<p>образовательных организациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх,
--	--	---

		<p>лыжном спорте;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике; - определять причины
--	--	--

		<p>возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту; - проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом
--	--	---

		<p>индивидуальных особенностей обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся. <p>ОПК-3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся; - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнение контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору
--	--	---

		<p>подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
<p>ОПК - 7 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины

		<p>травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учетом гигиенических норм (соблюдение площади на одного
--	--	---

		<p>занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; <p>ОПК-7.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на
--	--	---

		<p>занятиях физической культурой и спортом;</p> <p>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</p> <p>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.</p>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам спорта» в том числе гимнастика, легкая атлетика, плавание, спортивные и подвижные игры, лыжная подготовка относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсах при обучении на очной форме и на 1-3 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёты.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры					
		1	2	3	4	5	6
Контактная работа преподавателей с обучающимися	450*	44	172	108	36	48	42
<i>В том числе:</i>							
Лекции							
Легкая атлетика	12	4	8				
Гимнастика	10		6	4			
Лыжная подготовка	4		4				
Спортивные и подвижные игры	8		4	2	2		
Плавание	4					2	2
Семинарские занятия							
Легкая атлетика							
Гимнастика							

Лыжная подготовка	2		2				
Спортивные и подвижные игры	8		4	2	2		
Плавание	10					6	4
Практические занятия	392						
Легкая атлетика	114	40	38	36			
Гимнастика	62		30	32			
Лыжная подготовка	48		48				
Спортивные и подвижные игры	92		28	32	32		
Плавание	76					40	36
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)							
Легкая атлетика			Зач.	Зач.			
Гимнастика			Зач.	Зач.			
Лыжная подготовка			Зач.				
Спортивные и подвижные игры			Зач.		Зач.		
Плавание						Зач.	Зач.
Самостоятельная работа студента	378						
Легкая атлетика (в том числе)	54	20	20	14			
Составление документов планирования	16	6	6	4			
Письменные самостоятельные работы							
Изучение теоретического материала	16	6	6	4			
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	10	4	4	2			
Подготовка к промежуточной аттестации	12	4	4	4			
Гимнастика (в том числе):	72		36	36			
Изучение теоретического материала	36		18	18			
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	16		8	8			
Подготовка к промежуточной аттестации	20		10	10			
Лыжная подготовка	54		54				
Письменные самостоятельные работы	6		6				
Изучение теоретического материала	32		32				
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	16		16				
Спортивные и подвижные игры (в том числе):	108		36	36	36		
Составление документов планирования	38		12	12	14		
Письменные самостоятельные работы	6		2	2	2		
Изучение теоретического материала	34		12	12	10		
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	30		10	10	10		
Плавание	90					60	30
Письменные самостоятельные работы	18					12	6
Изучение теоретического материала	48					32	16

Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)		24					16	8
Общая трудоемкость	<i>часы</i>	828	64	318	194	72	108	72
	<i>зачетные единицы</i>	23	1,75	8,75	5,5	2	3	2
Легкая атлетика	<i>часы</i>	180	64	66	50			
	<i>зачетные единицы</i>	5	1,75	1,75	1,5			
Гимнастика	<i>часы</i>	144		72	72			
	<i>зачетные единицы</i>	4		2	2			
Лыжная подготовка	<i>часы</i>	108		108				
	<i>зачетные единицы</i>	3		3				
Спортивные и подвижные игры	<i>часы</i>	216		72	72	72		
	<i>зачетные единицы</i>	6		2	2	2		
Плавание	<i>часы</i>	180					108	72
	<i>зачетные единицы</i>	5					3	2

*из 450 часов – 280 часов в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры					
		1	2	3	4	5	6
Контактная работа преподавателей с обучающимися	108*	14	24	22	12	24	12
<i>В том числе:</i>							
Лекции							
Легкая атлетика	4				2	2	
Гимнастика	4		2	2			
Лыжная подготовка	4	4					
Спортивные и подвижные игры	6		2	4			
Плавание	8					4	4
Семинарские занятия							
Легкая атлетика							
Гимнастика							
Лыжная подготовка							
Спортивные и подвижные игры	2		2				
Плавание							
Практические занятия							
Легкая атлетика	20				10	10	
Гимнастика	14		8	6			
Лыжная подготовка	10	10					
Спортивные и подвижные игры	20		10	10			
Плавание	16					8	8
Промежуточная аттестация (зачет,							

<i>экзамен)</i>								
Легкая атлетика						Зач.	Зач.	
Гимнастика			Зач.	Зач.				
Лыжная подготовка			Зач.					
Спортивные и подвижные игры			Зач	Зач				
Плавание							Зач.	Зач.
Самостоятельная работа студента	720							
Легкая атлетика	156					78	78	
Составление документов планирования	20					10	10	
Письменные самостоятельные работы								
Изучение теоретического материала	116					58	58	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)								
Подготовка к промежуточной аттестации	20					10	10	
Гимнастика (в том числе):	126		64	62				
Изучение теоретического материала	100		50	50				
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	8		4	4				
Подготовка к промежуточной аттестации	18		10	8				
Лыжная подготовка	94	94						
Изучение теоретического материала	54	54						
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	40	40						
Спортивные и подвижные игры (в том числе):	188		94	94				
Составление документов планирования	34		14	20				
Изучение теоретического материала	70		40	30				
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	84		40	44				
Плавание	156						96	60
Изучение теоретического материала	92						56	36
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	64						40	24
Общая трудоемкость	часы	828	108	180	180	90	198	72
	зачетные единицы	23	3	5	5	2,5	5,5	2
Легкая атлетика	часы	180				90	90	
	зачетные единицы	5				2,5	2,5	
Гимнастика	часы	144		72	72			
	зачетные единицы	4		2	2			
Лыжная подготовка	часы	108	108					

	зачетные единицы	3	3					
Спортивные и подвижные игры	часы	216		108	108			
	зачетные единицы	6		3	3			
Плавание	часы	180					108	72
	зачетные единицы	5					3	2

* из 108 часов – 66 часов в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (Разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
	Раздел 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА						
	<i>1 курс, 1 семестр</i>						
	1. Общие вопросы теории и методики легкой атлетики						
1	1.1. Введение в предмет «Теория и методика обучения базовым видам спорта (легкая атлетика)». Классификация. Урок по легкой атлетике. Методика преподавания Терминология.	2				2	4
2	1.2. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма.						
	1.3. История развития легкой атлетики в России и в мире					2	2
	2. Основы техники видов легкой атлетики						
3	2.1. Основы техники ходьбы и бега	2					2
	3. Анализ техники видов легкой атлетики и методика обучения						
4	3.1. Анализ техники ходьбы и методика обучения			4		2	6
5	3.2. Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения			4		2	6
6	3.3. Анализ техники бега на			4		2	6

	короткие дистанции и методика обучения						
7	3.4. Анализ техники метания мяча и методика обучения			4			4
8	3.5. Анализ техники метания гранаты и методика обучения			4		2	6
9	3.6. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и методика обучения			4		2	6
	4. Учебная практика						
10	4.1. Урок по легкой атлетике, конспект урока, терминология			2		2	4
11	4.2. Подготовительная часть урока по легкой атлетике			12		2	14
	5. Организация и правила соревнований по легкой атлетике						
12	5.1. Места проведения соревнований, оборудование и инвентарь. Судейство соревнований по легкой атлетике.			2		2	4
	<i>Итого за 1 семестр</i>	4		40		20	64
	<i>1 курс, 2 семестр</i>						
	2. Основы техники видов легкой атлетики						
13	2.2. Основы техники метаний	2				2	4
14	2.3. Основы техники прыжков	2				2	4
	3. Анализ техники видов легкой атлетики и методика обучения						
15	3.7. Анализ техники эстафетного бега 4x100м и методика обучения			4		2	6
16	3.8. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» и методика обучения			4		2	6
17	3.9. Анализ техники метания диска и методика обучения			6		2	8
18	3.10. Анализ техники толкания ядра и методика обучения			6		2	8
19	3.11. Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбюри-флоп» и методика обучения			6		2	8
	4. Учебная практика						
20	4.3. Урок по легкой атлетике			10		2	12
21	4.4. Методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми и подростками	2				2	4

	5. Организация и правила соревнований по легкой атлетике						
22	5.1. Места проведения соревнований, оборудование и инвентарь. Судейство соревнований по легкой атлетике.	2		2		2	6
	<i>Итого за 2 семестр</i>	8		38		20	66
	<i>2 курс 3 семестр</i>						
	4. Учебная практика						
23	4.3. Урок по легкой атлетике			18		4	22
	3. Анализ техники видов легкой атлетики и методика обучения						
24	3.12. Анализ техники барьерного бега на 100 и 110 м и методика обучения			6		2	8
25	3.13. Легкоатлетические многоборья. ФВСК ГТО			6		2	8
	5. Организация и правила соревнований по легкой атлетике						
26	5.2. Организация и правила соревнований по легкой атлетике. Организация тестирования физической подготовки ФВСК ГТО			2		2	4
	6. Формирование двигательной функции средствами легкой атлетики						
27	6.1. Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике			2		2	4
28	6.3. Методика проведения занятий по легкой атлетике с лицами среднего, старшего и пожилого возраста и с женщинами			2		2	4
	<i>Итого за 3 семестр</i>			36		14	50
	<i>Итого</i>	12		114		54	180
	Раздел 2. ГИМНАСТИКА						
	Раздел 1. «Гимнастика в системе физического воспитания»						
1	Тема 1.1. Гимнастика как базовый вид двигательной подготовки	2		4		6	12
	Тема 1.2. История развития гимнастики в России					6	6
	Раздел 2. Терминология						
2	Тема 2.1. Гимнастическая терминология	2		6		6	14
	Раздел 3. Средства гимнастики и методика их проведения						
3	Тема 3.1. Содержание и методика	2		6		6	14

	проведения общеразвивающих, строевых и прикладных упражнений						
	Тема 3.2. Упражнения на гимнастических снарядах и опорный прыжок			8		6	14
	Тема 3.3. Упражнения художественной гимнастики			8		6	14
	Тема 3.4. Меры предупреждения травм на занятиях по гимнастике			4		6	10
	Тема 3.5. Гимнастические залы и оборудование для занятий гимнастикой					6	6
	Раздел 4. Методика развития физических качеств						
4	Тема 4.1. Методика развития физических качеств в гимнастике	2		6		6	14
	Раздел 5. Техника и технология обучения гимнастическим упражнениям						
5	Тема 5.1. Техника и технология обучения гимнастическим упражнениям			10		8	18
	Раздел 6. Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе						
6	Тема 6.1. Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе	2		10		10	22
	ВСЕГО ЗА 2 СЕМЕСТР						
	ИТОГО (в часах)	10		62		72	144
	Раздел 3. ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА						
1	Зарождение и развитие лыжного спорта.	2				4	6
2	Экипировка лыжника, подготовка лыж			2		6	8
3	Основы техники видов передвижения на лыжах	2		20		20	42
4	Методика обучения способам передвижения на лыжах.		2	22		12	36
5	Организация и проведение соревнований по лыжному спорту			4		12	16
	ИТОГО за 2 СЕМЕСТР (в часах)	4	2	48		54	108
	Раздел 4. СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ						
	4.1. Подвижные игры 1 курс, 2 семестр						
1	1.1. Спортивные и подвижные игры и их место в физической культуре. Классификация подвижных игр.	2	-	-	-	2	4
2	1.2. Подвижные игры в дошкольном учреждении.			2		2	4

3	1.3. Подвижные игры на уроках физической культуры в школе.			2		4	6
4	1.4. Подвижные игры во внеурочных формах работы (перемены, спортивные секции). Подвижные игры в детском оздоровительном лагере.			2		4	6
5	1.5. Форма учебно-тренировочной работы по подвижным играм. Конспект занятия по подвижным играм.		2	16		14	32
4.2. Баскетбол 1 курс, 2 семестр							
6	2.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере баскетбола)	2				2	4
7	2.2. Теория и методика развития физических качеств у баскетболистов.			2		2	4
8	2.3. Основы методики обучения техники нападения и защиты в баскетболе. Обучение техническим приемам игры в баскетболе.			4		4	8
9	2.4. Форма учебно-тренировочной работы по баскетболу. Конспект занятия по баскетболу.		2			2	4
ВСЕГО ЗА 2 СЕМЕСТР		4	4	28		36	72
4.2. Баскетбол 2 курс, 3 семестр							
10	2.4. Форма учебно-тренировочной работы по баскетболу. Конспект занятия по баскетболу.			14		16	30
4.3. Футбол, 2 курс, 3 семестр							
11	3.1. Общие основы развития теории спортивных игр (на примере футбола)	2				2	4
12	3.2. Теория и методика развития физических качеств у футболистов.			2		2	4
13	3.3. Основы методики обучения техники нападения и защиты в футболе. Обучение техническим приемам игры в футболе.			4		2	6
14	3.4. Форма учебно-тренировочной работы по футболу. Конспект занятия по футболу.		2	12		14	28
ВСЕГО ЗА 3 СЕМЕСТР		2	2	32		36	72
4.4. Волейбол, 2 курс, 4 семестр							
15	4.1. Общие основы развития	2				2	4

	теории спортивных игр (на примере волейбола)						
16	4.2. Теория и методика развития физических качеств у волейболистов.			2		2	4
17	4.3. Основы методики обучения техники нападения и защиты я в волейболе. Обучение техническим приемам игры в волейбол.			4		4	8
18	4.4. Форма учебно-тренировочной работы по волейболу. Конспект занятия по волейболу.		2	26		28	56
ВСЕГО ЗА 4 СЕМЕСТР		2	2	32		36	72
ИТОГО (в часах)		8	8	92		108	216
Раздел 5. ПЛАВАНИЕ							
1. Общие вопросы теории плавания							
1	1.1. Введение в предмет «Теория и методика плавания»	2				2	4
2	1.2. Техника безопасности плавания	-		6		4	10
2. Техника спортивных способов плавания							
3	Тема 2.1. Основы техники плавания			2		4	6
4	Тема 2.2. Особенности занятия плаванием с различным контингентом			6		4	10
5	Тема 2.3. Основы техники и методики обучения плаванию			6		6	12
6	Тема 2.4. Факторы, предопределяющие содержание и эффективность обучения плаванию			4			4
7	Тема 2.5. Техника плавания спортивными способами (кроль на груди, кроль на спине, дельфин, брасс)		2	10		12	24
8	Тема 2.6. Техника выполнения стартов и поворотов			6		8	14
3. Теоретические и методические основы обучения и тренировки в плавании							
9	Тема 3.1. Прикладное плавание		2	4		6	12
10	Тема 3.2. Реализация основных принципов обучения в учебном процессе, эволюция обучения методике плавания			2		4	6
11	Тема 3.3. Средства и методы обучения плаванию	2				6	8
12	Тема 3.4 Методика обучения плаванию			8		8	16

13	Тема 3.5. Игры в обучении плаванию			6		6	12
4. Теория и методика оздоровительного плавания							
14	Тема 4.1. Организация занятий оздоровительного плавания по новым технологиям		2	4		6	12
15	Тема 4.2. Оздоровительно-реабилитационное плавание			4			4
5. Организация и проведение соревнований по плаванию							
16	Тема 5.1. Организация соревнований и массовых праздников на воде		4	4		8	16
17	Тема 5.2. Организация обучения плаванию в естественном водоёме			4		6	10
	Итого: за год	4	10	76		90	180

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (Разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
	Раздел 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА						
	<i>2 курс, 4 семестр</i>						
1. Общие вопросы теории и методики легкой атлетики							
1	1.1. Введение в предмет «Теория и методика обучения базовым видам спорта (легкая атлетика)». Классификация. Урок по легкой атлетике. Методика преподавания Терминология.	2				2	4
2	1.2. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма.						
2	1.3. История развития легкой атлетики в России и в мире					2	2
2. Основы техники видов легкой атлетики							
3	2.1. Основы техники ходьбы и бега					2	2
3. Анализ техники видов легкой атлетики и методика обучения							
4	3.1. Анализ техники ходьбы и методика обучения			2		8	10

5	3.2. Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения			2		8	10
6	3.3. Анализ техники бега на короткие дистанции и методика обучения			2		8	10
7	3.4. Анализ техники метания мяча и методика обучения					8	8
8	3.5. Анализ техники метания гранаты и методика обучения			2		8	10
9	3.6. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и методика обучения					8	8
4. Учебная практика							
10	4.1. Урок по легкой атлетике, конспект урока, терминология					16	16
11	4.2. Подготовительная часть урока по легкой атлетике			2		4	6
5. Организация и правила соревнований по легкой атлетике							
12	5.1. Места проведения соревнований, оборудование и инвентарь. Судейство соревнований по легкой атлетике.					4	4
	<i>Итого за 4 семестр</i>	<i>2</i>		<i>10</i>		<i>78</i>	<i>90</i>
	<i>3 курс, 5 семестр</i>						
2. Основы техники видов легкой атлетики							
13	2.1. Основы техники ходьбы и бега	2				2	4
14	2.2. Основы техники метаний					2	2
15	2.3. Основы техники прыжков					2	2
3. Анализ техники видов легкой атлетики и методика обучения							
16	3.7. Анализ техники эстафетного бега 4x100м и методика обучения			2		6	8
17	3.8. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» и методика обучения			2		6	8
18	3.9. Анализ техники метания диска и методика обучения			2		6	8
19	3.10. Анализ техники толкания ядра и методика обучения			2		6	8
20	3.11. Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбюри-флоп» и методика обучения					6	6
21	3.12. Анализ техники барьерного бега на 100 и 110 м и методика обучения					6	6

22	3.13. Легкоатлетические многоборья. ФВСК ГТО					6	6
4. Учебная практика							
23	4.3. Урок по легкой атлетике			2		14	16
24	4.4. Методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми и подростками					4	4
5. Организация и правила соревнований по легкой атлетике							
25	5.1. Места проведения соревнований, оборудование и инвентарь. Судейство соревнований по легкой атлетике.					2	2
26	5.2. Организация и правила соревнований по легкой атлетике. Организация тестирования физической подготовки ФВСК ГТО					2	2
6. Формирование двигательной функции средствами легкой атлетики							
27	6.1. Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике					4	4
28	6.3. Методика проведения занятий по легкой атлетике с лицами среднего, старшего и пожилого возраста и с женщинами					4	4
	ИТОГО ЗА 5 СЕМЕСТР	2		10		78	90
	ИТОГО (в часах)	4		20		156	180
	Раздел 2. ГИМНАСТИКА						
Раздел 1. «Гимнастика в системе физического воспитания»							
1	Тема 1.1. Гимнастика как базовый вид двигательной подготовки	2				12	14
	Тема 1.2. История развития гимнастики в России					12	12
Раздел 2. Терминология							
2	Тема 2.1. Гимнастическая терминология					14	14
Раздел 3. Средства гимнастики и методика их проведения							
3	Тема 3.1. Содержание и методика проведения общеразвивающих, строевых и прикладных упражнений			2		10	12
	Тема 3.2. Упражнения на гимнастических снарядах и опорный прыжок			2		10	12
	Тема 3.3. Упражнения художественной гимнастики			2		10	12
	Тема 3.4. Меры предупреждения			2		10	12

	травм на занятиях по гимнастике						
	Тема 3.5. Гимнастические залы и оборудование для занятий гимнастикой					14	14
4	Раздел 4.Методика развития физических качеств						
	Тема 4.1. Методика развития физических качеств в гимнастике			2		10	12
5	Раздел 5.Техника и технология обучения гимнастическим упражнениям						
	Тема5.1.Техника и технология обучения гимнастическим упражнениям			2		10	12
6	Раздел 6.Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе						
	Тема 6.1.Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе	2		2		14	18
ВСЕГО ЗА СЕМЕСТР							
ИТОГО (в часах)		4		14		126	144
	Раздел 3. ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА						
1	Зарождение и развитие лыжного спорта.	2				8	10
2	Экипировка лыжника, подготовка лыж			2		16	18
3	Основы техники видов передвижения на лыжах	2		2		32	36
4	Методика обучения способам передвижения на лыжах.			4		30	34
5	Организация и проведение соревнований по лыжному спорту		2			8	10
ИТОГО ЗА СЕМЕСТР(в часах)		4	2	8		94	108
	Раздел 4. СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ						
	4.1. Подвижные игры 1 курс, 2 семестр						
1.1	Спортивные и подвижные игры и их место в физической культуре. Классификация подвижных игр.	2				10	12
1.2	Подвижные игры в дошкольном учреждении.					20	20
1.3	Подвижные игры на уроках физической культуры в школе.					20	20
1.4	Подвижные игры во внеурочных формах работы (перемены, спортивные секции). Подвижные игры в детском оздоровительном лагере.					10	10
1.5	Форма учебно-тренировочной		2	10		34	46

	работы по подвижным играм. Конспект занятия по подвижным играм.						
ИТОГО ЗА 2 СЕМЕСТР		2	2	10		94	108
4.2. Баскетбол 2 курс, 3 семестр							
2.1	Общие основы развития теории спортивных игр (на примере баскетбола)	2				4	6
2.2	Теория и методика развития физических качеств у баскетболистов.					6	6
2.3	Основы методики обучения техники нападения и защиты в баскетболе. Обучение техническим приемам игры в баскетболе.			2		14	16
2.4	Форма учебно-тренировочной работы по баскетболу. Конспект занятия по баскетболу.			2		20	24
4.3. Волейбол, 2 курс, 3 семестр							
4.1	Общие основы развития теории спортивных игр (на примере волейбола)	2				8	8
4.2	Теория и методика развития физических качеств у волейболистов.					8	8
4.3	Основы методики обучения техники нападения и защиты в волейболе. Обучение техническим приемам игры в волейбол.			2		14	16
4.4	Форма учебно-тренировочной работы по волейболу. Конспект занятия по волейболу.			4		20	24
ИТОГО ЗА 3 СЕМЕСТР		4		10		94	108
ИТОГО (в часах)		6	2	20		188	216
Раздел 5. ПЛАВАНИЕ							
1. Общие вопросы теории плавания							
1	1.1. Введение в предмет «Теория и методика плавания»	2				2	4
2	1.2. Техника безопасности плавания	-				10	10
2. Техника спортивных способов плавания							
3	Тема 2.1. Основы техники плавания	2		2		6	10
4	Тема 2.2. Особенности занятия плаванием с различным контингентом					10	10

5	Тема 2.3. Основы техники и методика обучения плаванию			4		6	10
6	Тема 2.4. Факторы, определяющие содержание и эффективность обучения плаванию					4	4
7	Тема 2.5. Техника плавания спортивными способами (кроль на груди, кроль на спине, дельфин, брасс)			6		12	18
8	Тема 2.6. Техника выполнения стартов и поворотов			2		10	12
3. Теоретические и методические основы обучения и тренировки в плавании							
9	Тема 3.1. Прикладное плавание			2		8	10
10	Тема 3.2. Реализация основных принципов обучения в учебном процессе, эволюция обучения методике плавания					10	10
11	Тема 3.3. Средства и методы обучения плаванию	2				8	10
12	Тема 3.4. Методика обучения плаванию					16	16
13	Тема 3.5. Игры в обучении плаванию					12	12
4. Теория и методика оздоровительного плавания							
14	Тема 4.1. Организация занятий оздоровительного плавания по новым технологиям					16	16
15	Тема 4.2. Оздоровительно-реабилитационное плавание						
5. Организация и проведение соревнований по плаванию							
16	Тема 5.1. Организация соревнований и массовых праздников на воде	2				14	16
17	Тема 5.2. Организация обучения плаванию в естественном водоёме					12	12
	ИТОГО (в часах)	8		16		156	180

4.29.1 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Теория и методика избранного вида спорта» (легкая атлетика)

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК - 1- Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК - 2- Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК - 4- Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК - 7- Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК - 9- Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК - 11- Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности

ОПК - 13- Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК - 14- Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

ОПК - 15- Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - методику обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности. <p>ОПК-1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы,
ОПК - 1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на	

<p>культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>структуру построения занятий, формы и способы планирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - терминологию и классификацию в легкой атлетике; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по легкой атлетике; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и легкой атлетике; - правила и организация соревнований в легкой атлетике; - способы оценки результатов обучения в легкой атлетике; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по легкой атлетике; легкой атлетике играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей легкой атлетике; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по легкой атлетике; - определять задачи учебно-тренировочного
--	--	--

<p>ОПК - 2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, ОПК-1.3. Имеет опыт: - планирования занятий по легкой атлетике; - планирования учебно-тренировочный занятий по ИВС. ОПК-2.1. Знает: - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС. ОПК-2.2. Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе</p>
--	--	---

<p>ОПК - 4 - Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>по результатам сдачи нормативов. ОПК-2.3. Имеет опыт: - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации. ОПК-4.1. Знает: - историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - цель, задачи и содержание курса ИВС; - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы технической и тактической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической подготовки в ИВС; - воспитательные возможности занятий ИВС; - специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; ОПК-4.2. Умеет: - применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС;</p>
---	---	--

- распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся;
- рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС;
- показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения;
- объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС;
- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС;
- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС;
- контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания;
- оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения;
- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.

ОПК-4.3. Имеет опыт:

- выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС;
- владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;
- подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС;
- проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.

ОПК - 7 -
Способен
обеспечивать
соблюдение
техники
безопасности,
профилактику
травматизма,
оказывать первую

D/03.6 Проведение
тренировочных
занятий с
занимающимися на
этапе
совершенствования
спортивного
мастерства, высшего
спортивного

ОПК-7.1 Знает:

- факторы и причины травматизма в процессе занятий спортивными играми;
- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств легкой атлетики;
- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по легкой атлетике.

<p>доврачебную помощь</p>	<p>мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<ul style="list-style-type: none"> - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС.
<p>ОПК - 9 - Способен осуществлять</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с</p>	<p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдению техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по спортивным играм; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по спортивным играм; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; <p>ОПК-7.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по спортивным играм; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; <p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений,

<p>контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.</p>
<p>ОПК - 11 - Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-9.2. Умеет: - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. ОПК-9.3. Имеет опыт - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС. ОПК-11.1. Знает: - направления научных исследований в области вида спорта; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; ОПК-11.2. Умеет: - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и</p>

<p>ОПК - 13 - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией. <p>ОПК-11.2. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - публичной защиты результатов собственных научных исследований. <p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта, - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в ИВС; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей. <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования; - оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования,
--	---	--

<p>ОПК - 14 - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; - использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - определять справедливость судейства.</p> <p>ОПК-13.3. Имеет опыт - подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия; - участия в судействе спортивных соревнований по ИВС.</p> <p>ОПК-14.1. Знает: - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-</p>
--	--	--

- спортивной организации;
- показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС;
- систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;
- требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности;
- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС.

ОПК-14.2. Умеет:

- определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;
- анализировать проведенные занятия по спортивным играм для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности;
- анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности.

ОПК-14.3. Имеет опыт

- проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств ИВС;
- планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.
- разработки методического обеспечения тренировочного процесса.

ОПК-15.1. Знает:

- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС;
- способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.

ОПК-15.2. Умеет:

- использовать инвентарь и оборудование на

ОПК - 15 -
Способен
проводить
материально-
техническое
оснащение
занятий,
соревнований,

D/04.6 Управление
систематической
соревновательной
деятельностью
занимающегося

*260 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
Контактная работа преподавателей с обучающимися	68*				10	14	22	22							
В том числе:															
Лекции	18				4	4	6	4							
Семинарские занятия	10					2	2	6							
Практические занятия	40				6	8	14	12							
Лабораторные работы															
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)						зач	зач	экс							
Самостоятельная работа обучающегося	472				118	118	118	118							
В том числе:															
Рефераты, главы ВКР	92				30	20	20	22							
Составление документов планирования	166				40	44	40	42							
Письменные самостоятельные работы															
Изучение теоретического материала	168				44	40	44	40							
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	16				4	4	4	4							
Подготовка к промежуточной аттестации	30					10	10	10							
Общая трудоемкость	часы	540			128	132	140	140							
	зачетные единицы	15			3,5	3,7	3,9	3,9							

*62 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Разделы и темы	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные	Самостоятельная работа	Всего часов
	Раздел 1. Общие вопросы теории легкой атлетики						
1.1	Введение в предмет «Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика)». Классификация. Формы занятий по легкой атлетике. Методика преподавания. Терминология.		2			2	4
1.2	Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма.			2		2	4
1.3	История развития легкой атлетики в России и			2		2	4

	в мире. Эволюция техники и методики тренировки в легкой атлетике.						
	Раздел 2. Учебная практика						
2.1	Урок (учебно-тренировочное занятие) по легкой атлетике. Документы планирования: конспект урока. Терминология.		2	4		6	12
2.2	Подготовительная часть урока (учебно-тренировочного занятия) по легкой атлетике			20		20	40
	Раздел 3. Техника видов легкой атлетики и методика обучения						
3.1	Основы методики обучения технике легкоатлетических видов.	2		2 (к.р.1)		4	6
3.2	Анализ техники бега и спортивной ходьбы и методика обучения	2				2	4
3.3	Анализ техники спортивной ходьбы и методика обучения			4		4	8
3.4	Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения			6 (к.р.2)		6	12
3.5	Анализ техники бега на короткие дистанции и эстафетного бега и методика обучения	2				2	4
3.6	Анализ техники бега на короткие дистанции (100 м) и методика обучения			4		4	8
3.7	Анализ техники бега на короткие дистанции (200 и 400м) и методика обучения			4		4	8
3.8	Анализ техники метания мяча и методика обучения			6		6	12
3.9	Анализ техники метания гранаты и методика обучения			6 (к.р.3)		6	12
3.10	Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и методика обучения	2		6 (к.р.4)		8	16
3.11	Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбюри-флоп» и методика обучения			6		6	12
3.12	Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» и методика обучения	2		6		8	16
3.13	Анализ техники эстафетного бега 4x100м и методика обучения			4		4	8
	Раздел 4. Организация и правила соревнований						
4.1	Организация и правила соревнований. Общие правила. Место проведения соревнований. Коллегия судей	2	2	4		8	16
	Раздел 5. Учебно-исследовательская работа студента						
5.1	. Введение в научно-исследовательскую деятельность		2			2	4
	Раздел 6. Основы тренировки в легкой атлетике						
6.1	Методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми и подростками		2			2	4

	Итого за 1 курс:	12	10	86		108	216
	2 курс						
	Раздел 2. Учебная практика						
2.3	Документы планирования: конспект урока по легкой атлетике.		2			2	4
2.4	Урок по легкой атлетике			16		16	32
	Раздел 3. Техника видов легкой атлетики и методика обучения						
3.14	Анализ техники метания диска и методика обучения	2		6		8	16
3.15	Анализ техники толкания ядра и методика обучения	2		6		8	16
3.16	Анализ техники метания копья и методика обучения	2		6 (к.р.5)		8	16
3.17	Анализ техники барьерного бега (100 и 110 м) и методика обучения		2	6 (к.р.6)		8	16
3.18	Анализ техники прыжков в длину способом «ножницы» и методика обучения			4		4	8
3.19	Анализ техники прыжков в длину и тройным и методика обучения	2		6 (к.р.7)		8	16
3.20	Анализ техники кроссового бега и методика обучения. Бег по шоссе. Горный бег			4		4	8
3.21	Анализ техники бег с препятствиями и методика обучения			4		4	8
3.22	Легкоатлетические многоборья. ФВСК ГТО			4		4	8
3.23	Основы техники ходьбы и бега		2			2	4
3.24	Основы техники прыжков		2			2	4
3.25	Основы техники метаний		2 (к.р.8)			2	4
	Раздел 4. Организация и правила соревнований по легкой атлетике						
4.2	Организация и правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований в отдельных видах легкой атлетики. Документы соревнований.	2		2		4	8
	Раздел 5. Учебно-исследовательская работа студента						
5.2	Научно-исследовательская деятельность в легкой атлетике	2	2			4	8
	Раздел 6. Основы тренировки в легкой атлетике						
6.2	Методика проведения занятий по легкой атлетике с женщинами и лицами разного возраста	2				2	4
6.3	Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике	2				2	4
6.4	Силовые способности и методика их развития в тренировочном процессе		2	2		4	8

	легкоатлетов						
6.5	Скоростные и скоростно-силовые способности и методика их развития в тренировочном процессе легкоатлетов		2	2		4	8
6.6	Выносливость, как двигательное (физическое) качество, и методика ее развития в тренировочном процессе легкоатлетов		2	2		4	8
6.7	Гибкость и двигательно-координационные способности и методика их развития в тренировочном процессе легкоатлетов		2	2		4	8
	Итого за 2 курс	16	20	72		108	216
	3 курс						
	Раздел 2. Учебная практика						
2.5	Учебно-тренировочное занятие по легкой атлетике		2	8		10	20
	Раздел 3. Техника видов легкой атлетики и методика обучения						
3.26	Анализ техники барьерного бега на 400 м и методика обучения	2		4		6	12
3.27	Анализ техники прыжка с шестом и методика обучения	2		4		6	12
3.28	Анализ техники метания молота и методика обучения			4		4	8
3.29	Легкоатлетические многоборья.			4 (к.р.9)		4	8
	Раздел 4. Организация и правила соревнований по легкой атлетике						
4.3	Организация и правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований в отдельных видах легкой атлетики. Документы соревнований.		2			2	4
4.4	Организация и правила соревнований по легкой атлетике. Главная судейская коллегия.			2		2	4
	Раздел 5. Учебно-исследовательская работа студента						
5.3	Методы и методики исследований в спорте		2			2	4
5.4	Планирование и организация исследований в легкой атлетике		2			2	4
	Раздел 6. Основы тренировки в легкой атлетике						
6.8	Отбор и спортивная ориентация юных спортсменов для занятий легкой атлетикой	2				2	4
6.9	Основы тренировки в легкой атлетике.		2	2		4	8
6.10	Спортивная тренировка юных спортсменов – легкоатлетов		2	2 (к.р.10)		4	8
6.11	Основы планирования в легкой атлетике.	2	2	2		6	12
	Итого за 3 курс	8	14	32		54	108

ИТОГО (в часах)		36	44	190		270	540
Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий							
№ п/п	Разделы и темы	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные	Самостоятельная работа	Всего часов
2 курс							
Раздел 1. Общие вопросы теории легкой атлетики							
1.1	Введение в предмет «Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика)». Классификация. Формы занятий по легкой атлетике. Методика преподавания. Терминология.					4	4
1.2	Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма.					4	4
1.3	История развития легкой атлетики в России и в мире. Эволюция техники и методики тренировки в легкой атлетике.					4	4
Раздел 2. Учебная практика							
2.1	Урок (учебно-тренировочное занятие) по легкой атлетике. Документы планирования: конспект урока. Терминология.	2				10	12
2.2	Подготовительная часть урока (учебно-тренировочного занятия) по легкой атлетике			2		40	42
2.3	Документы планирования: конспект урока по легкой атлетике.					4	4
2.4	Урок по легкой атлетике					2	2
Раздел 3. Техника видов легкой атлетики и методика обучения							
3.1	Основы методики обучения технике легкоатлетических видов.			2		8	10
3.2	Анализ техники бега и спортивной ходьбы и методика обучения	2				12	14
3.3	Анализ техники спортивной ходьбы и методика обучения					16	16
3.4	Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения			2		14	16
Итого за 2 курс		4		6		118	128
3 курс							
Раздел 2. Учебная практика							
2.2	Подготовительная часть урока (учебно-тренировочного занятия) по легкой атлетике			4		30	34
Раздел 3. Техника видов легкой атлетики и методика обучения							

3.5	Анализ техники бега на короткие дистанции и эстафетного бега и методика обучения				4	4
3.6	Анализ техники бега на короткие дистанции (100 м) и методика обучения		2		6	8
3.7	Анализ техники бега на короткие дистанции (200 и 400м) и методика обучения				8	8
3.8	Анализ техники метания мяча и методика обучения				10	10
3.9	Анализ техники метания гранаты и методика обучения		2		8	10
3.10	Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и методика обучения	2			8	10
3.11	Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбюри-флоп» и методика обучения		2		8	10
3.12	Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» и методика обучения				10	10
3.13	Анализ техники эстафетного бега 4x100м и методика обучения		2		8	10
3.14	Анализ техники метания диска и методика обучения	2	2		6	10
3.15	Анализ техники толкания ядра и методика обучения		2		8	10
3.16	Анализ техники метания копья и методика обучения				10	10
3.17	Анализ техники барьерного бега (100 и 110 м) и методика обучения		2		8	10
3.18	Анализ техники прыжков в длину способом «ножницы» и методика обучения		2		8	10
3.19	Анализ техники прыжков в длину и тройным и методика обучения				8	8
3.20	Анализ техники кроссового бега и методика обучения. Бег по шоссе. Горный бег				8	8
3.21	Анализ техники бег с препятствиями и методика обучения				8	8
3.22	Легкоатлетические многоборья. ФВСК ГТО				8	8
3.23	Основы техники ходьбы и бега		2		4	4
3.24	Основы техники прыжков				2	4
3.25	Основы техники метаний				4	4
	Раздел 4. Организация и правила соревнований					
4.1	Организация и правила соревнований. Общие правила. Место проведения соревнований. Коллегия судей	2			6	8
4.2	Организация и правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований в отдельных видах легкой атлетике. Документы соревнований.		2		6	8
	Раздел 5. Учебно-исследовательская работа студента					

5.1	Введение в научно-исследовательскую деятельность					4	4
5.2	Научно-исследовательская деятельность в легкой атлетике	2				6	8
Раздел 6. Основы тренировки в легкой атлетике							
6.1	Методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми и подростками					4	4
6.2	Методика проведения занятий по легкой атлетике с женщинами и лицами разного возраста					4	4
6.3	Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике	2				2	4
6.4	Силовые способности и методика их развития в тренировочном процессе легкоатлетов					6	6
6.5	Скоростные и скоростно-силовые способности и методика их развития в тренировочном процессе легкоатлетов					6	6
6.6	Выносливость, как двигательное (физическое) качество, и методика ее развития в тренировочном процессе легкоатлетов					6	6
6.7	Гибкость и двигательно-координационные способности и методика их развития в тренировочном процессе легкоатлетов		2			4	6
Итого за 3курс		10	4	22		236	272
4 курс							
Раздел 2. Учебная практика							
2.5	Учебно-тренировочное занятие по легкой атлетике			2		22	24
Раздел 3. Техника видов легкой атлетики и методика обучения							
3.26	Анализ техники барьерного бега на 400 м и методика обучения			2		10	12
3.27	Анализ техники прыжка с шестом и методика обучения			2		10	12
3.28	Анализ техники метания молота и методика обучения			2		10	12
3.29	Легкоатлетические многоборья.			2		10	12
Раздел 4. Организация и правила соревнований по легкой атлетике							
4.3	Организация и правила соревнований по легкой атлетике. Правила соревнований в отдельных видах легкой атлетики. Документы соревнований.					10	10
4.4	Организация и правила соревнований по легкой атлетике. Главная судейская коллегия.			2		8	10
Раздел 5. Учебно-исследовательская работа студента							
5.3	Методы и методики исследований в спорте					6	6

5.4	Планирование и организация исследований в легкой атлетике		2			4	6
Раздел 6. Основы тренировки в легкой атлетике							
6.8	Отбор и спортивная ориентация юных спортсменов для занятий легкой атлетикой	2				4	6
6.9	Основы тренировки в легкой атлетике.		2			6	8
6.10	Спортивная тренировка юных спортсменов – легкоатлетов					8	8
6.11	Основы планирования в легкой атлетике.	2	2			10	14
Итого за 4 курс		4	6	12		118	140
ИТОГО (в часах)		18	10	40		472	540

4.29.2 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Теория и методика избранного вида спорта» (гимнастика)

Автор-разработчик: Белова Юлия Викторовна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики гимнастики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности

ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1. Знает: - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам

		<p>тестирования.</p> <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами. <p>УК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>05.003 D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным</p>	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - терминологию и классификацию в гимнастике; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики; - правила и организация соревнований в гимнастике; - способы оценки результатов обучения в гимнастике; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных упражнений в ИВС; - средства и методы физической, технической,

	<p>планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных упражнений в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС. ОПК-1.2. Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных упражнений в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения. ОПК-1.3. Имеет опыт: - планирования занятий по гимнастике; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС.</p>
ОПК-2. Способен	05.003	ОПК-2.1. Знает:

<p>осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>- значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС. ОПК-2.2. Умеет: - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС. ОПК-2.3. Имеет опыт: - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.</p>
<p>ОПК-4. Способен проводить тренировочные</p>	<p>05.003 D/03.6 Проведение тренировочных</p>	<p>ОПК-4.1. Знает: - историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической</p>

<p>занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>культуре, науке и образованию;</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - цель, задачи и содержание курса ИВС; - технику спортивных упражнений в ИВС; - средства и методы технической и тактической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных упражнений в ИВС; - средства и методы физической подготовки в ИВС; - воспитательные возможности занятий ИВС; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; - контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; - оценивать качество выполнения упражнений
--	--	--

		<p>в ИВС и определять ошибки в технике;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС. <p>ОПК-4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.
<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>05.003 D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдению техники безопасности при выполнении упражнений;

		<ul style="list-style-type: none"> - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; <p>ОПК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;
<p>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>05.003 D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения

		<p>педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. <p>ОПК-9.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.
<p>ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>05.003 D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - направления научных исследований в области вида спорта; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией. <p>ОПК-11.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;

		- публичной защиты результатов собственных научных исследований.
ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	05.003 D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методику организации и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий; - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта, - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в ИВС; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей. <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно - спортивного праздника. - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - определять справедливость судейства. <p>ОПК-13.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия; - участия в судействе спортивных

<p>ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>05.003 D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>соревнований по ИВС.</p> <p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. <p>ОПК-14.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.
<p>ОПК-15. Способен проводить материально-</p>	<p>05.003 D/03.6 Проведение тренировочных занятий с</p>	<p>ОПК-15.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности технического устройства гимнастических снарядов многоборья; - правила эксплуатации оборудования для

<p>техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p>	<p>занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>занятий различными видами гимнастики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС. ОПК-15.2. Умеет: - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и ИВС; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; ОПК-15.3. Имеет опыт - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по ИВС с использованием инвентаря и оборудования; - участия в судействе соревнований по ИВС; - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам по ведению на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря.</p>
--	---	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика) относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1, 2, 3 курсе при обучении на очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачёт и экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	270	54	54	54	54	54			
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции*</i>	36	6	6	8	8	8			
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия **</i>	234	48	48	46	46	46			
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>			зач		зач	экз			
Самостоятельная работа обучающегося	270	54	54	54	54	54			
<i>В том числе:</i>									
<i>Реферат, главы ВКР</i>	44	14		10	10	10			
<i>Составление документов планирования</i>	72	12	14	24	8	14			
<i>Подготовка к проведению фрагмента занятия</i>	56	12	12	12	12	8			

Изучение теоретического материала, подготовка к контрольным работам, опросам и тестированию	50	16	12	8	8	6			
Подготовка к промежуточной аттестации	48		16		16	16			
Общая трудоемкость	часы	540	108	108	108	108	108		
	зачетные единицы	15	5	5	5	5	5		

* из 36 часов – 8 в активной и интерактивной формах;

**из 234 часов – 100 в активной и интерактивной формах.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	2	3	5	7	8
	Первый курс				
1	Раздел 1. Общие вопросы теории гимнастики				
	Тема 1.1. Состояние, проблемы, тенденции развития видов гимнастики	2	4	20	26
	Тема 1.2. Терминология в гимнастике	2	4	6	12
2	Раздел 2. Средства гимнастики и методика их проведения				
	Тема 2.1. Общеразвивающие упражнения		12	6	18
	Тема 2.2. Средства основной гимнастики в тренировке гимнастов	2	12	10	24
	Тема 2.3. Оздоровительные виды гимнастики в тренировке гимнастов		8	10	18
3	Раздел 3. Техника гимнастических упражнений и методика их проведения				
	Тема 3.1. Основы техники гимнастических упражнений	2	28	22	52
4	Раздел 4. Методика тренировки гимнастов				
	Тема 4.1. Развитие основных качеств гимнастов	2	10	12	24
5	Раздел 5. Технология организации и проведения соревнований и спортивно-массовых мероприятий в гимнастике				

	Тема 5.1. Организация и проведение соревнований, массовых гимнастических выступлений	2	2	4	8
	Тема 5.2. Методика составления вольных, произвольных упражнений, массовых гимнастических выступлений		8	8	16
6	Раздел 6. Техническое обеспечение и безопасность занятий гимнастикой				
	Тема 6.1. Меры предупреждения травм на занятиях по гимнастике		4	6	10
	Тема 6.2. Материально-техническое обеспечение занятий гимнастикой		4	4	8
	Всего за 1 курс (в часах)	12	96	108	216
<i>Второй курс</i>					
7	Раздел 1. Общие вопросы теории гимнастики				
	Тема 1.1. Состояние, проблемы, тенденции развития видов гимнастики		4	4	8
	Тема 1.2. Терминология в гимнастике		2	4	6
8	Раздел 2. Средства гимнастики и методика их проведения				
	Тема 2.2. Средства основной гимнастики в тренировке гимнастов	2	12	10	24
	Тема 2.3. Оздоровительные виды гимнастики в тренировке гимнастов	2	10	12	24
9	Раздел 3. Техника гимнастических упражнений и методика их проведения				
	Тема 3.2. Техника базовых и профилирующих упражнений спортивной гимнастики	2	10	14	26
	Тема 3.3. Структура и классификация гимнастических упражнений	2		4	6
	Тема 3.4. Процесс и методология обучения гимнастическим упражнениям	2	14	16	32
10	Раздел 4. Методика тренировки гимнастов				
	Тема 4.1. Развитие основных качеств гимнастов		12	8	20
	Тема 4.2. Технология спортивной ориентации и отбора в спортивной гимнастике	2	8	10	20
	Тема 4.3. Планирование учебного процесса в гимнастике		6	6	12
11	Раздел 5. Технология организации и проведения соревнований и спортивно-массовых мероприятий в гимнастике				
	Тема 5.1. Организация и проведение соревнований, массовых гимнастических	2	4	6	12

	выступлений				
	Тема 5.2. Методика составления вольных, произвольных упражнений, массовых гимнастических выступлений		4	4	8
12	Раздел 6. Техническое обеспечение и безопасность занятий гимнастикой				
	Тема 6.2. Материально-техническое обеспечение занятий гимнастикой		2	4	6
13	Раздел 7. Организационно-методическое и научное обеспечение занятий гимнастикой				
	Тема 7.2. Научно-исследовательская работа в гимнастике	2	4	6	12
	Всего за 2 курс	16	92	108	216
<i>Третий курс</i>					
14	Раздел 1. Общие вопросы теории гимнастики				
	Тема 1.1. Состояние, проблемы, тенденции развития видов гимнастики		2	4	6
15	Раздел 3. Техника гимнастических упражнений и методика их проведения				
	Тема 3.2. Техника базовых и профилирующих упражнений спортивной гимнастики	2	8	6	16
	Тема 3.4. Процесс и методология обучения гимнастическим упражнениям		14	18	32
16	Раздел 4. Методика тренировки гимнастов				
	Тема 4.2. Технология спортивной ориентации и отбора в спортивной гимнастике	2	4	8	14
17	Раздел 5. Технология организации и проведения соревнований и спортивно-массовых мероприятий в гимнастике				
	Тема 5.1. Организация и проведение соревнований, массовых гимнастических выступлений	2	4	4	10
	Тема 5.2. Методика составления вольных, произвольных упражнений, массовых гимнастических выступлений		4	4	8
18	Раздел 7. Организационно-методическое и научное обеспечение занятий гимнастикой				
	Тема 7.1. Организационно-методическое обеспечение	2	2	2	6
	Тема 7.2. Научно-исследовательская работа в гимнастике		8	8	16
	Всего за 3 курс	8	46	54	108

ИТОГО (в часах)	36	234	270	540
------------------------	-----------	------------	------------	------------

4.29.3 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Теория и методика избранного вида спорта» (единоборства)

Авторы-разработчики: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

Васильков Игорь Евгеньевич, старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-1- Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2- Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК-4- Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК-7- Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-9- Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК-11- Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности

ОПК-13- Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК-14- Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

ОПК-15- Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
---------------------------------------	--	---

<p>УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>		<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - методику обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ОПК-1 – Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с</p>	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы

	<p>занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>планирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - терминологию и классификацию в единоборствах; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по единоборствам; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств единоборств; - правила и организация соревнований в единоборствах; - способы оценки результатов обучения в единоборствах; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по единоборствам; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по единоборствам с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по единоборствам в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях
--	--	---

		<p>педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей единоборств;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по единоборствам; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов единоборств (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, ОПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по единоборствам; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС.
<p>ОПК-2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, не одномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС;

		<ul style="list-style-type: none"> - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС. <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов. <p>ОПК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.
<p>ОПК-4 - Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по</p>	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;

	<p>индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<ul style="list-style-type: none"> - цель, задачи и содержание курса ИВС; - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы технической и тактической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической подготовки в ИВС; - воспитательные возможности занятий ИВС; - специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС; - организовывать группу
--	--	--

		<p>занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> -контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС. <p>ОПК-4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.
<p>ОПК-7 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ОПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - факторы и причины травматизма в процессе занятий единоборствами; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств единоборств; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по единоборствам. - способы (варианты) рационального размещения

		<p>занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по единоборствам;</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по спортивным играм; - организовывать группу занимающихся, в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по единоборствам; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; <p>ОПК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по единоборствам; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: <p>профилактики травматизма,</p>
--	--	---

		исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации.
<p>ОПК-9 - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. <p>ОПК-9.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического

<p>ОПК-11 - Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>контроля в ИВС.</p> <p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - направления научных исследований в области вида спорта; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией. <p>ОПК-11.2. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;
--	--	--

		<p>- публичной защиты результатов собственных научных исследований.</p>
<p>ОПК-13 - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>		<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта, - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в ИВС; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей. <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования; - оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; - использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - определять справедливость судейства. <p>ОПК-13.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки положения о соревновании;

		<ul style="list-style-type: none"> - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия; - участия в судействе спортивных соревнований по ИВС.
<p>ОПК-14 - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных

		<p>стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по единоборствам для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. <p>ОПК-14.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств ИВС; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера. - разработки методического обеспечения тренировочного процесса.
<p>ОПК-15 - Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>ОПК-15.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования. <p>ОПК-15.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и

<i>Рефераты, главы ВКР</i>		50	14		10	20	6			
<i>Составление документов планирования</i>		104	14	24	24	14	28			
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		56	10	14	10	12	10			
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>		60	16	16	10	8	10			
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>										
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	540	108	108	108	108	108			
	<i>зачетные единицы</i>	15	3	3	3	3	3			

*из 270 часов – 146в активной и интерактивной формах
Заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>									
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	68*				10	14	22	22			
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	18				4	4	6	4			
<i>Семинарские занятия</i>											
<i>Практические занятия</i>	50				6	10	16	18			
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>						зач.	зач.	экзамен			
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	472				118	118	118	118			
<i>В том числе:</i>											
<i>Рефераты, главы ВКР</i>	82				30	30		22			
<i>Составление документов планирования</i>	180				40	44	54	42			

<i>Письменные самостоятельные работы</i>											
<i>Изучение теоретического материала</i>		210			48	44	64	54			
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>											
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>											
Общая трудоемкость	часы	540			128	132	140	140			
	зачетные единицы	15			3,5	3,7	3,9	3,9			

* из 68 часов – 28 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№п/п	Наименование тем и разделов тем	лекции	Практические	Семинарские, методические	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
Первый курс							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ЕДИНОБОРСТВ							
1	Тема 1.1. Введение в специальность. Единоборства в системе физического воспитания.	2	2			4	8
2	Тема 1.2. История развития единоборств.	2	6			8	16
3	Тема 1.3. Эволюция смешанных единоборств ММА		6			6	12
4	Тема 1.4. Оздоровительные и гигиенические мероприятия в подготовке единоборца	2	4			6	12
5	Тема 1.5. Обеспечение безопасности на занятиях единоборствами	2	6			8	16
6	Тема 1.6. Физиологическая и психологическая характеристики деятельности единоборца		6			6	12
7	Тема 1.7. Психологические особенности воспитания единоборца		6			6	12
Раздел 3. ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ЕДИНОБОРСТВАХ							
8	Тема 3.1. Классификация, систематика и терминология в видах единоборств		8			8	16
9	Тема 3.2. Техника единоборств	2	10			12	24

10	Тема 3.3. Тактика в единоборствах	2	6			8	16
11	Тема 3.4. Анализ технических действий в видах единоборств		6			6	12
12	Тема 3.5. Совершенствование единоборца в технике и тактике поединка		4			4	8
Раздел 7. ПРАВИЛА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВИДАМ ЕДИНОБОРСТВ							
13	Тема 7. 1. Организация соревнований в единоборствах		2			2	4
Раздел 8. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО							
14	Тема 8.1. Знания, умения и навыки. Обучение, методы и принципы обучения		6			6	12
15	Тема 8.2. Урок как основная форма занятий в школе. Подготовительная часть урока		18			18	36
Всего за 1 курс:		12	96			108	216
<i>Второй курс</i>							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ЕДИНОБОРСТВ							
16	Тема 1.1. Спортивные сооружения и материально-техническое обеспечение	2				2	4
17	Тема 1.2. Профилактика травматизма в единоборствах	2				2	4
18	Тема 1.3. Приемы самозащиты		4			4	8
19	Тема 1.4. Правомерность применения приемов единоборств, при самозащите от нападения	2	2			4	8
Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ В ЕДИНОБОРСТВАХ							
20	Тема 2.1. Научно-исследовательская работа и УИРС		10			10	20
21	Тема 2.2. Научно-исследовательская работа студентов (УИРС)		6			6	12
Раздел 4. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ В ЕДИНОБОРСТВА							
22	Тема 4.1. Вспомогательные упражнения единоборца		12			12	24
23	Тема 4.2. Воспитание физических качеств единоборца	2	12			14	28
24	Тема 4.3. Основные упражнения единоборца		6			6	12
25	Тема 4.4. Упражнения специальной физической подготовки		2			2	4
26	Тема 4.5. Подготовка и участие	2				2	4

	спортсмена-единоборца к соревнованиям						
27	Тема 4.6. Система упражнений единоборца		4			4	8
Раздел 5. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В ЕДИНОБОРСТВАХ И ЗАНЯТИЙ С РАЗЛИЧНЫМ КОНТИНГЕНТОМ							
28	Тема 5.1. Обучение единоборца - новичка		6			6	12
29	Тема 5.2. Обучение и тренировка единоборцев массовых спортивных разрядов		4			4	8
Раздел 6. УПРАВЛЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ В ЕДИНОБОРСТВАХ							
30	Тема 6.1. Планирование подготовкой единоборцев	2				2	4
Раздел 7. ПРАВИЛА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВИДАМ ЕДИНОБОРСТВ							
31	Тема 7.1. Организация соревнований в единоборствах	2	6			8	16
Раздел 8. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО							
32	Тема 8.1. Формы организации и содержание занятий по единоборствам		4			4	8
33	Тема 8.2. Принципы, методы и средства обучения в единоборствах		4			4	8
34	Тема 8.3. Урок как основная форма занятий в школе. Основная и заключительная части урока	2	10			12	24
Всего за 2 курс:		16	92			108	216
<i>Третий курс</i>							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ЕДИНОБОРСТВ							
35	Тема 1.1. Правила соревнований, терминология и история развития национальных видов единоборств, народов мира и России		2			2	4
Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ В ЕДИНОБОРСТВАХ							
36	Тема 2.1. Научно-исследовательская работа студентов (УИРС)		10			10	20
Раздел 5. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В ЕДИНОБОРСТВАХ И ЗАНЯТИЙ С РАЗЛИЧНЫМ КОНТИНГЕНТОМ							
37	Тема 5.1. Планирование многолетней подготовки в единоборствах	2	2			4	8
Раздел 6. УПРАВЛЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ В ЕДИНОБОРСТВАХ							
38	Тема 6.1. Управление процессом спортивного совершенствования	4	2			6	12
39	Тема 6.2. Планирование,		4			4	8

	контроль и учёт учебно-тренировочной работы в единоборстве						
Раздел 7. ПРАВИЛА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВИДАМ ЕДИНОБОРСТВ							
40	Тема 7.1. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий		4			4	8
Раздел 8. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО							
41	Тема 8.1. Учебно-тренировочная форма занятий по единоборствам		18			18	36
42	Тема 8.2. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера по различным видам единоборств	2	4			6	12
	Всего за 3 курса:	8	46			54	108
	ИТОГО за весь период обучения	36	234			270	540

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№п/п	Наименование тем и разделов тем	лекции	Практические	Семинарские, методические	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
Второй курс (4 семестр)							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ЕДИНОБОРСТВ							
1	Тема 1.1. Введение в специальность. Единоборства в системе физического воспитания.					10	10
2	Тема 1.2. История развития единоборств.					20	20
3	Тема 1.4. Обеспечение безопасности на занятиях единоборствами	2				22	24
Раздел 3. ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ЕДИНОБОРСТВАХ							
4	Тема 3.1. Классификация, систематика и терминология в видах единоборств					20	20
Раздел 7. ПРАВИЛА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВИДАМ ЕДИНОБОРСТВ							
5	Тема 7. 1. Организация соревнований в единоборствах					8	8
Раздел 8. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО							
6	Тема 8.1. Знания, умения и навыки. Обучение, методы и принципы обучения	2	6			38	46
	Всего за 1 курс:	4	6			118	128
Третий курс (5 семестр)							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ЕДИНОБОРСТВ							

7	Тема 1.1. Спортивные сооружения и материально-техническое обеспечение	2	2			26	30
Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ В ЕДИНОБОРСТВАХ							
8	Тема 2.1. Научно-исследовательская работа и УИРС		2			28	30
Раздел 4. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ В ЕДИНОБОРСТВА							
9	Тема 4.2. Воспитание физических качеств единоборца	2	2			26	30
Раздел 7. ПРАВИЛА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВИДАМ ЕДИНОБОРСТВ							
11	Тема 7. 1. Организация соревнований в единоборствах					10	10
Раздел 8. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО							
12	Тема 8.1. Формы организации и содержание занятий по единоборствам		4			28	32
Всего за семестр курс:		4	10			118	132
<i>Третий курс (6 семестр)</i>							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ЕДИНОБОРСТВ							
13	Тема 1.4. Правомерность применения приемов единоборств, при самозащите от нападения	2	2			20	24
Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ В ЕДИНОБОРСТВАХ							
14	Тема 2.2. Научно-исследовательская работа студентов (УИРС)		2			28	30
Раздел 4. МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ В ЕДИНОБОРСТВА							
15	Тема 4.5. Подготовка и участие спортсмена-единоборца к соревнованиям		2			14	16
16	Тема 4.6. Система упражнений единоборца		2			18	20
Раздел 5. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В ЕДИНОБОРСТВАХ И ЗАНЯТИЙ С РАЗЛИЧНЫМ КОНТИНГЕНТОМ							
17	Тема 5.2. Обучение и тренировка единоборцев массовых спортивных разрядов		2			8	10
Раздел 6. УПРАВЛЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ В ЕДИНОБОРСТВАХ							
19	Тема 6.1. Планирование подготовкой единоборцев	2	2			16	20
Раздел 8. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО							
20	Тема 8.3. Урок как основная форма занятий в школе. Основная и заключительная части урока	2	4			14	20

	Всего за семестр курс:	6	16			118	140
Четвёртый курс (7 семестр)							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ЕДИНОБОРСТВ							
21	Тема 1.1. Правила соревнований, терминология и история развития национальных видов единоборств, народов мира и России	2	2			16	20
Раздел 2. ОРГАНИЗАЦИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ В ЕДИНОБОРСТВАХ							
22	Тема 2.1. Научно-исследовательская работа студентов (УИРС)		4			20	24
Раздел 5. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В ЕДИНОБОРСТВАХ И ЗАНЯТИЙ С РАЗЛИЧНЫМ КОНТИНГЕНТОМ							
23	Тема 5.1. Планирование многолетней подготовки в единоборствах		4			22	26
Раздел 6. УПРАВЛЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫМ ПРОЦЕССОМ В ЕДИНОБОРСТВАХ							
24	Тема 6.1. Управление процессом спортивного совершенствования	2	2			26	30
Раздел 7. ПРАВИЛА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВИДАМ ЕДИНОБОРСТВ							
25	Тема 7.1. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий		2			18	20
Раздел 8. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО							
26	Тема 8.1. Учебно-тренировочная форма занятий по единоборствам		4			16	20
	Всего за семестр курс:	4	18			118	140
ИТОГО за весь период обучения		18	50			472	540

4.29.4 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Теория и методика избранного вида спорта» (спортивные игры)

Автор-разработчик: Таран Ирина Ивановна, кандидат психологических наук, доцент

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК - 1- Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК - 2- Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК - 4- Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК - 7- Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК - 9- Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК - 11- Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности

ОПК - 13- Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК - 14- Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

ОПК - 15- Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции

<p>УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>		<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - методику обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ОПК - 1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе</p>	<p>ОПК-1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;

	<p>совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<ul style="list-style-type: none"> - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - терминологию и классификацию в спортивных играх; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по спортивным играм; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - правила и организация соревнований в спортивных играх; - способы оценки результатов обучения в спортивных играх; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по спортивным играм; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по спортивным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по спортивным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные
--	---	---

		<p>формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей спортивных игр;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивным играм; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по спортивным играм; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС.
<p>ОПК - 2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС;

		<ul style="list-style-type: none"> - методики массового и индивидуального отбора в ИВС. ОПК-2.2. Умеет: <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов. ОПК-2.3. Имеет опыт: <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.
<p>ОПК - 4 - Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление</p>	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - цель, задачи и содержание курса ИВС; - технику спортивных дисциплин

	<p>систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>(упражнений) в ИВС; - средства и методы технической и тактической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической подготовки в ИВС; - воспитательные возможности занятий ИВС; - специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; ОПК-4.2. Умеет: - применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения</p>
--	---	---

		<p>упражнений ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> -контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС. <p>ОПК-4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.
<p>ОПК - 7 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - факторы и причины травматизма в процессе занятий спортивными играми; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств спортивных игр; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по спортивным играм. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по спортивным играм;

		<ul style="list-style-type: none"> - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по спортивным играм; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по спортивным играм; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; <p>ОПК-7.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по спортивным играм; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-
--	--	---

<p>ОПК - 9 - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>спортивной организации;.</p> <p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. <p>ОПК-9.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.
<p>ОПК - 11 - Способен проводить исследования по определению эффективности</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе</p>	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - направления научных исследований в области вида спорта;

используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	<p>- актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией. <p>ОПК-11.2. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
ОПК - 13 - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований		<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение или регламент и расписание спортивных

по избранному виду спорта		<p>соревнований;</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта, - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в ИВС; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей. <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования; - оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; - использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - определять справедливость судейства. <p>ОПК-13.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - составления плана ресурсного
---------------------------	--	--

		<p>обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия; - участия в судействе спортивных соревнований по ИВС.
<p>ОПК - 14 - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-

		<p>тренировочного процесса в ИВС. ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по спортивным играм для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. <p>ОПК-14.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств ИВС; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера. - разработки методического обеспечения тренировочного процесса.
<p>ОПК - 15 - Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>ОПК-15.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования. <p>ОПК-15.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и ИВС; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря. <p>ОПК-15.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по ИВС с

		использованием инвентаря и оборудования; - участия в судействе соревнований по ИВС; - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсах при обучении на очной форме и на 2-4 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт/зачёт/ экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>								
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>270*</i>	<i>54</i>	<i>54</i>	<i>54</i>	<i>54</i>	<i>54</i>				
<i>В том числе:</i>										
<i>Лекции</i>	<i>36</i>	<i>6</i>	<i>6</i>	<i>8</i>	<i>8</i>	<i>8</i>				
<i>Семинарские занятия</i>	<i>110</i>	<i>16</i>	<i>28</i>	<i>18</i>	<i>28</i>	<i>20</i>				
<i>Практические занятия</i>	<i>124</i>	<i>32</i>	<i>20</i>	<i>28</i>	<i>18</i>	<i>26</i>				
<i>Лабораторные работы</i>										
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>			<i>3</i>		<i>3</i>	<i>3</i>				
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	<i>270</i>	<i>54</i>	<i>54</i>	<i>54</i>	<i>54</i>	<i>54</i>				
<i>В том числе:</i>										
<i>Рефераты, главы ВКР</i>	<i>50</i>	<i>14</i>		<i>10</i>	<i>20</i>	<i>6</i>				
<i>Составление документов планирования</i>	<i>104</i>	<i>14</i>	<i>24</i>	<i>24</i>	<i>14</i>	<i>28</i>				
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	<i>8</i>		<i>4</i>		<i>4</i>					

тестирования, учебная практика)																				
Подготовка к промежуточной аттестации																				
Общая трудоемкость	часы	540				128	132	140	140											
	зачетные единицы	15				3,5	3,7	3,9	3,9											

* из 68 часов – 20 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№п/п	Наименование тем и разделов тем	лекции	Практические	Семинарские, методические	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
1	2		3	4	5	6	7
Первый курс							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ СПОРТИВНЫХ ИГР							
1	Тема 1.1. Спортивные игры как предмет дисциплины.	1				2	3
2	Тема 1.2. История возникновения и развития спортивных игр. Современное состояние спортивных игр. Эволюция правил игры.	1		10		20	31
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ							
3	Тема 2.1. Техника игры.	4	12	6		16	38
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ИГРОКОВ И КОМАНД В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
4	Тема 3.1. Теория и методика развития физических качеств в спортивных играх.	4	20	10		22	56
5	Тема 3.2. Основы методики обучения технике игры.			14		22	36
6	Тема 3.3. Обучение приёмам игры в ИВС.		20			16	36
7	Тема 3.4. Формы учебно-тренировочной работы по спортивным играм. Конспект занятия.	2		4		10	16
Всего за 1 курс:		12	52	44		108	216
Второй курс							
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ							
8	Тема 2.2. Тактика игры.	2	12	12		20	46
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ИГРОКОВ И КОМАНД В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							

9	Тема 3.3. Обучение приёмам игры в ИВС.		16	4		20	40
10	Тема 3.5. Обучение тактическим действиям.		18	2		10	30
11	Тема 3.6. Виды подготовки и их содержание.	4		4		6	14
12	Тема 3.7. Основы теории спортивной подготовки.	4		4		6	14
Раздел 4. СПОРТИВНЫЙ ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
13	Тема 4.1. Спортивный отбор в системе подготовки спортсменов.	2		4		6	12
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							
14	Тема 5.1. Актуальные проблемы и перспективы НИР в спортивных играх. Организация научных исследований в спортивных играх. Проведение теоретического исследования по теме ВКР.	2		10		30	42
Раздел 6. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ							
15	Тема 6.1. Значение и виды соревнований. Системы проведения соревнований.	2		6		10	18
Всего за 2 курс:		16	46	46		108	216
<i>Третий курс</i>							
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ИГРОКОВ И КОМАНД В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
16	Тема 3.4. Формы учебно-тренировочной работы по спортивным играм. Конспект занятия.		20	2		16	38
17	Тема 3.8. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях спортивными играми.	2		2		4	8
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							
18	Тема 5.2. Организация и проведение эксперимента.			4		6	10
Раздел 7. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
19	Тема 7.1. Планирование спортивной подготовки в спортивных играх.	4		6		12	22
20	Тема 7.2. Контроль спортивной подготовки в спортивных играх.	2	6	2		8	18
Раздел 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ							
21	Тема 8.1. Материально-техническое оснащение занятий по спортивным играм.			4		8	12
Всего за 3 курс:		8	26	20		54	108
ИТОГО за весь период обучения		36	124	110		270	540

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№п/п	Наименование тем и разделов тем	лекции	Практические	Семинарские, методические	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
1	2		3	4	5	6	7
Второй курс (4 семестр)							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ СПОРТИВНЫХ ИГР							
1	Тема 1.1. Спортивные игры как предмет дисциплины.					10	10
2	Тема 1.2. История возникновения и развития спортивных игр. Современное состояние спортивных игр. Эволюция правил игры.					30	30
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ							
3	Тема 2.1. Техника игры.	2				40	42
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ИГРОКОВ И КОМАНД В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
4	Тема 3.1. Теория и методика развития физических качеств в спортивных играх.	2		6		38	46
Всего за семестр		4		6		118	128
Третий курс (5 семестр)							
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ИГРОКОВ И КОМАНД В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
5	Тема 3.2. Основы методики обучения технике игры.	2		4		30	36
6	Тема 3.3. Обучение приёмам игры в ИВС.			2		30	32
7	Тема 3.4. Формы учебно-тренировочной работы по спортивным играм. Конспект занятия.	2		2		28	32
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							
8	Тема 5.1. Актуальные проблемы и перспективы НИР в спортивных играх. Организация научных исследований в спортивных играх. Проведение теоретического исследования по теме ВКР.			2		30	32
Всего за семестр		4		10		118	132
Третий курс (6 семестр)							
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ							
8	Тема 2.2. Тактика игры.			2		20	22

Раздел 3. ПОДГОТОВКА ИГРОКОВ И КОМАНД В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
9	Тема 3.3. Обучение приёмам игры в ИВС.		8	2		20	30
10	Тема 3.5. Обучение тактическим действиям.			2		12	14
11	Тема 3.6. Виды подготовки и их содержание.	2				18	20
12	Тема 3.7. Основы теории спортивной подготовки.	2				18	20
Раздел 4. СПОРТИВНЫЙ ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
13	Тема 4.1. Спортивный отбор в системе подготовки спортсменов.	2				18	20
Раздел 6. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ							
15	Тема 6.1. Значение и виды соревнований. Системы проведения соревнований.			2		12	14
Всего за семестр:		6	8	8		118	140
<i>Четвёртый курс (7 семестр)</i>							
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ИГРОКОВ И КОМАНД В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
16	Тема 3.4. Формы учебно-тренировочной работы по спортивным играм. Конспект занятия.		8			20	28
17	Тема 3.9. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях спортивными играми.			2		14	16
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							
18	Тема 5.2. Организация и проведение эксперимента.			2		22	24
Раздел 7. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ							
19	Тема 7.1. Планирование спортивной подготовки в спортивных играх.	2		4		22	28
20	Тема 7.2. Контроль спортивной подготовки в спортивных играх.	2	2			20	24
Раздел 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ							
21	Тема 8.1. Материально-техническое оснащение занятий по спортивным играм					20	20
Всего за семестр:		4	10	8		118	140
ИТОГО за весь период обучения		18	18	32		472	540

4.29.5 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Теория и методика избранного вида спорта» (лыжный спорт)

Авторы-разработчики: Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики лыжного спорта

Багин Николай Анатольевич, профессор, кандидат педагогических наук кафедры теории и методики лыжного спорта

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК - 1- Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-

морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК - 2- Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК - 4- Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК - 7- Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК - 9- Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК - 11- Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности

ОПК - 13- Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК - 14- Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

ОПК - 15- Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>		<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - методику обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3.- Имеет навыки и/или опыт деятельности: планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ОПК - 1 - Способен планировать содержание занятий с</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки</p>	<p>ОПК-1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;

<p>учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<ul style="list-style-type: none"> - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - терминологию и классификацию в лыжном спорте; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по лыжному спорту; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств лыжного спорта; - правила и организация соревнований в лыжном спорте; - способы оценки результатов обучения в лыжном спорте; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по лыжному спорту; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по лыжному спорту в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей лыжного спорта; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по лыжному спорту; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;
---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, <p>ОПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по лыжному спорту; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС.
ОПК - 2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС. <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов. <p>ОПК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.
ОПК - 4 - Способен проводить тренировочные	D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании;

<p>занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<ul style="list-style-type: none"> - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - цель, задачи и содержание курса ИВС; - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы технической и тактической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической подготовки в ИВС; - воспитательные возможности занятий ИВС; - специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; - контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС. <p>ОПК-4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности :</p>
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.
ОПК - 7 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - факторы и причины травматизма в процессе занятий лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по лыжному спорту. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдению техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по лыжному спорту; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по лыжному спорту; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; <p>ОПК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по лыжному спорту; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм

		в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации.
ОПК - 9 - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. <p>ОПК-9.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.
ОПК - 11 - Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - направления научных исследований в области вида спорта; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования в ИВС;

		<ul style="list-style-type: none"> - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией. <p>ОПК-11.2. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
<p>ОПК - 13 - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>		<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта, - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в ИВС; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей. <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования; - оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; - использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - определять справедливость судейства. <p>ОПК-13.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования,

		<p>дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия; - участия в судействе спортивных соревнований по ИВС.
ОПК - 14 - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по лыжному спорту для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. <p>ОПК-14.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств ИВС; - планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.

<p>ОПК - 15 - Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>- разработки методического обеспечения тренировочного процесса.</p> <p>ОПК-15.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования. <p>ОПК-15.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и ИВС; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря. <p>ОПК-15.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по ИВС с использованием инвентаря и оборудования; - участия в судействе соревнований по ИВС; - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря.
--	---	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсах при обучении на очной форме и на 2-3 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт/зачёт/ экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	270*	54	54	54	54	54				
<i>В том числе:</i>										
<i>Лекции</i>	36	6	6	8	8	8				
<i>Семинарские занятия</i>	110	16	28	18	28	20				
<i>Практические занятия</i>	124	32	20	28	18	26				
<i>Лабораторные работы</i>										
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>			3		3	9				
Самостоятельная работа обучающегося	270	54	54	54	54	54				
<i>В том числе:</i>										
<i>Рефераты, главы ВКР</i>	50	14		10	20	6				
<i>Составление документов планирования</i>	104	14	24	24	14	28				
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	8		4		4					
<i>Изучение теоретического материала</i>	48	10	10	10	8	10				
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	60	16	16	10	8	10				
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>										
<i>В том числе:</i>	часы	540	108	108	108	108	108			
	зачетные единицы	15	3	3	3	3	3			

*из 270 часов – 124 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	68*				10	14	22	22			
<i>В том числе:</i>											
Лекции	18				4	4	6	4			
Семинарские занятия	32				6	10	8	8			
Практические занятия	18						8	10			
Лабораторные работы											
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)						3	3	9			
Самостоятельная работа обучающегося	472				118	118	118	118			
<i>В том числе:</i>											
Рефераты, главы ВКР	82				30	30		22			
Составление документов планирования	180				40	44	54	42			
Письменные самостоятельные работы	30						20	10			
Изучение теоретического материала	180				48	44	44	44			
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)											
Подготовка к промежуточной аттестации											
Общая трудоемкость	часы	540			128	132	140	140			
	зачетные единицы	15			3,5	3,7	3,9	3,9			

* из 68 часов – 20 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№п/п	Наименование тем и разделов тем	лекции	Практические	Семинарские, методические	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
1	2		3	4	5	6	7
Первый курс							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ЛЫЖНОГО СПОРТА							
1	Тема 1.1. Лыжный спорт как предмет дисциплины.	1				2	3
2	Тема 1.2. История возникновения и развития лыжного спорта. Современное состояние лыжного спорта.	1		10		20	31
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
3	Тема 2.1. Техническая подготовка лыжников	4	12	6		16	38
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
4	Тема 3.1. Теория и методика развития физических качеств в лыжном спорте	4	20	10		22	56
5	Тема 3.2. Основы методики обучения технике лыжных ходов			14		22	36
6	Тема 3.3. Обучение технике лыжных ходов в ИВС.		20			16	36
7	Тема 3.4. Формы учебно-тренировочной работы по лыжному спорту. Конспект занятия.	2		4		10	16
Всего за 1 курс:		12	52	44		108	216
Второй курс							
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
8	Тема 2.2. Тактическая подготовка	2	12	12		20	46
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
9	Тема 3.3. Обучение технике лыжных ходов в ИВС.		16	4		20	40
10	Тема 3.5. Обучение тактическим действиям.		18	2		10	30
11	Тема 3.6. Виды подготовки и их содержание.	4		4		6	14
12	Тема 3.7. Основы теории спортивной подготовки.	4		4		6	14
Раздел 4. СПОРТИВНЫЙ ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ							
13	Тема 4.1. Спортивный отбор в системе подготовки спортсменов.	2		4		6	12
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							

14	Тема 5.1. Актуальные проблемы и перспективы НИР в лыжном спорте. Организация научных исследований в лыжном спорте. Проведение теоретического исследования по теме ВКР.	2		10		30	42
Раздел 6. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЫЖНОМУ СПОРТУ							
15	Тема 6.1. Значение и виды соревнований. Системы проведения соревнований.	2		6		10	18
Всего за 2 курс:		16	46	46		108	216
Третий курс							
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
16	Тема 3.4. Формы учебно-тренировочной работы по лыжному спорту. Конспект занятия.		20	2		16	38
17	Тема 3.8. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях лыжным спортом.	2		2		4	8
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							
18	Тема 5.2. Организация и проведение эксперимента.			4		6	10
Раздел 7. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ							
19	Тема 7.1. Планирование спортивной подготовки в лыжном спорте.	4		6		12	22
20	Тема 7.2. Контроль спортивной подготовки лыжников-гонщиков.	2	6	2		8	18
Раздел 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЫЖНОМУ СПОРТУ							
21	Тема 8.1. Материально-техническое оснащение занятий по лыжному спорту.			4		8	12
Всего за 3 курс:		8	26	20		54	108
ИТОГО за весь период обучения		36	124	110		270	540

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№п/п	Наименование тем и разделов тем	лекции	Практические	Семинарские, методические	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
1	2		3	4	5	6	7
Второй курс (4 семестр)							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ ЛЫЖНОГО СПОРТА							
1	Тема 1.1. Лыжный спорт как предмет дисциплины.					10	10
2	Тема 1.2. История возникновения					30	30

	и развития лыжного спорта. Современное состояние лыжного спорта.						
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
3	Тема 2.1. Техническая подготовка лыжников	2				40	42
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
4	Тема 3.1. Теория и методика развития физических качеств в лыжном спорте	2		6		38	46
Всего за семестр		4		6		118	128
<i>Третий курс (5 семестр)</i>							
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
5	Тема 3.2. Основы методики обучения технике лыжных ходов	2		4		30	36
6	Тема 3.3. Обучение технике лыжных ходов.			2		30	32
7	Тема 3.4. Формы учебно-тренировочной работы по лыжному спорту. Конспект занятия.	2		2		28	32
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							
8	Тема 5.1. Актуальные проблемы и перспективы НИР в лыжном спорте. Организация научных исследований в лыжном спорте. Проведение теоретического исследования по теме ВКР.			2		30	32
Всего за семестр		4		10		118	132
<i>Третий курс (6 семестр)</i>							
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
8	Тема 2.2. Тактическая подготовка			2		20	22
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
9	Тема 3.3. Обучение техническим приёмам в ИВС.		8	2		20	30
10	Тема 3.5. Обучение тактическим действиям.			2		12	14
11	Тема 3.6. Виды подготовки и их содержание.	2				18	20
12	Тема 3.7. Основы теории спортивной подготовки.	2				18	20
Раздел 4. СПОРТИВНЫЙ ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ							
13	Тема 4.1. Спортивный отбор в системе подготовки спортсменов.	2				18	20
Раздел 6. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЫЖНОМУ СПОРТУ							
15	Тема 6.1. Значение и виды			2		12	14

	соревнований. Системы проведения соревнований.						
Всего за семестр:		6	8	8		118	140
Четвёртый курс (7 семестр)							
Раздел 3. ПОДГОТОВКА ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ							
16	Тема 3.4. Формы учебно-тренировочной работы по лыжному спорту. Конспект занятия.		8			20	28
17	Тема 3.8. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях лыжным спортом.			2		14	16
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							
18	Тема 5.2. Организация и проведение эксперимента.			2		22	24
Раздел 7. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ							
19	Тема 7.1. Планирование спортивной подготовки в лыжном спорте.	2		4		22	28
20	Тема 7.2. Контроль спортивной подготовки в лыжном спорте.	2	2			20	24
Раздел 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЫЖНОМУ СПОРТУ							
21	Тема 8.1. Материально-техническое оснащение занятий по лыжному спорту					20	20
Всего за семестр:		4	10	8		118	140
ИТОГО за весь период обучения		18	18	32		472	540

4.29.6 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Теория и методика избранного вида спорта» (спортивное ориентирование)

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук.

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК - 1- Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории

физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК - 2- Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

ОПК - 4- Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК - 7- Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК - 9- Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК - 11- Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности

ОПК - 13- Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК - 14- Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

ОПК - 15- Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>		<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - методику обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ОПК - 1 - Способен планировать содержание занятий с</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки</p>	<p>ОПК-1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;

<p>учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<ul style="list-style-type: none"> - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - терминологию и классификацию в спортивном ориентировании; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по спортивному ориентированию; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств спортивного ориентирования; - правила и организация соревнований в спортивном ориентировании; - способы оценки результатов обучения в спортивном ориентировании; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по спортивному ориентированию; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по спортивному ориентированию с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по спортивному ориентированию в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей спортивного ориентирования; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивному ориентированию; - определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; - подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивного
---	--	---

		<p>ориентирования (упражнений) в ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по спортивному ориентированию; - планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС.
ОПК - 2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного процесса; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС. <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом. <p>ОПК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации. - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации
ОПК - 4 - Способен проводить	D/03.6 Проведение тренировочных занятий с	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре,

<p>тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>науке и образовании;</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - цель, задачи и содержание курса ИВС; - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы технической и тактической подготовки в ИВС; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - средства и методы физической подготовки в ИВС; - воспитательные возможности занятий ИВС; - специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию ИВС; - распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; - рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; - показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводящие упражнения; - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; - контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС.
--	---	--

		<p>ОПК-4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося.
<p>ОПК - 7 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - факторы и причины травматизма в процессе занятий спортивным ориентированием; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по спортивному ориентированию. - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по спортивному ориентированию; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдению техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по ИВС; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по ИВС; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; <p>ОПК-7.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики

		травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;.
ОПК - 9 - Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации; - методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования; - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС. <p>ОПК-9.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС.
ОПК - 11 - Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - направления научных исследований в области вида спорта; - актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности; <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; - анализировать инновационные методики; - определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу;

		<ul style="list-style-type: none"> - подбирать и использовать методы исследования в ИВС; - использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ; - анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в ИВС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВС; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией. <p>ОПК-11.2. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
<p>ОПК - 13 - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта</p>		<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положение или регламент и расписание спортивных соревнований; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию; - федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта, - правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; - виды и организацию соревнований в ИВС; - состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей. <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования; - оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий; - составлять документацию по проведению соревнований по установленному образцу; - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - определять справедливость судейства. - применять апелляционные процедуры при несправедливом судействе; - использовать собственный соревновательный опыт в процессе руководства соревновательной деятельностью спортсменов. <p>ОПК-13.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-

		<p>массовых мероприятий, праздников;</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера; - участия в судействе спортивно-оздоровительных состязаний, проводимых в рамках спортивно-оздоровительного мероприятия; - участия в судействе спортивных соревнований по ИВС.
<p>ОПК - 14 - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по спортивному ориентированию для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности. <p>ОПК-14.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств ИВС; - разработки методического обеспечения тренировочного процесса.

		- планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.
ОПК - 15 - Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	<p>ОПК-15.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования. <p>ОПК-15.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать инвентарь и оборудование на занятиях и соревнованиях по базовым видам спорта и ИВС; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря. <p>ОПК-15.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по ИВС с использованием инвентаря и оборудования; - участия в судействе соревнований по ИВС; - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря. - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря)

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория и методика избранного вида спорта», относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсах при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт/зачёт/ экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	270*	54	54	54	54	54			
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	36	6	6	8	8	8			
<i>Семинарские занятия</i>	110	16	26	18	28	22			
<i>Практические занятия</i>	124	32	22	28	18	24			
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>			з		з	э			
Самостоятельная работа обучающегося	270	54	54	54	54	54			
<i>В том числе:</i>									
<i>Рефераты, главы ВКР</i>	50	14		10	20	6			
<i>Составление документов планирования</i>	94	14	24	24	14	28			
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	8		4		4				
<i>Изучение теоретического материала</i>	48	10	10	10	8	10			
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	60	16	16	10	8	10			
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
<i>В том числе:</i>	часы	540	108	108	108	108	108		
	зачетные единицы	15	3	3	3	3	3		

*из 270 часов – 124 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

№п/п	Наименование тем и разделов тем	Лекции	Практические	Семинарские, методические	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
1	2		3	4	5	6	7
Первый курс							
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ							
1	Тема 1.1. История развития спортивного ориентирования в России и за рубежом.	1				2	3
2	Тема 1.2. Характеристика видов спортивного ориентирования	1		10		20	31
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ							
3	Тема 2.1. Техника и тактика различных видов спортивного ориентирования	4	12	6		16	38
Раздел 3. ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ							
4	Тема 3.1. Теория и методика развития физических качеств в спортивном ориентировании.	4	20	10		22	56
5	Тема 3.2. Основы методики обучения технике ориентирования			14		22	36
6	Тема 3.3. Обучение тактике ориентирования		20			16	36
7	Тема 3.4. Формы учебно-тренировочной работы по спортивному ориентированию. Конспект занятия.	2		4		10	16
Всего за 1 курс:		12	52	44		108	216
ВТОРОЙ КУРС							
РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ							
8	Тема 2.1. Тактика ориентирования в различных видах	2	12	12		20	46
Раздел 3. ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ							
9	Тема 3.1. Основы обучения в различных видах спортивного ориентирования		16	4		20	40
10	Тема 3.2. Обучение тактическим действиям в спортивном ориентировании на лыжах		18	2		10	30
11	Тема 3.3. Виды подготовки и их содержание.	4		4		6	14
12	Тема 3.4. Основы теории спортивной подготовки.	4		4		6	14

Раздел 4. СПОРТИВНЫЙ ОТБОР И СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
13	Тема 4.1. Спортивный отбор в системе подготовки спортсменов.	2		4		6	12
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							
14	Тема 5.1. Актуальные проблемы и перспективы НИР в спортивном ориентировании. Организация научных исследований в спортивном ориентировании. Проведение теоретического исследования по теме ВКР.	2		10		30	42
Раздел 6. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ							
15	Тема 6.1. Значение и виды соревнований. Системы проведения соревнований.	2		6		10	18
Всего за 2 курс:		16	46	46		108	216
<i>Третий курс</i>							
Раздел 3. ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ СПОРТИВНОГО ОРИЕНТИРОВАНИЯ							
16	Тема 3.1. Формы учебно-тренировочной работы по спортивному ориентированию. Конспект тренировочного занятия.		20	2		16	38
17	Тема 3.2. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях спортивным ориентированием.	2		2		4	8
Раздел 5. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ							
18	Тема 5.1. Организация и проведение эксперимента.			4		6	10
Раздел 7. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
19	Тема 7.1. Планирование спортивной подготовки в спортивном ориентировании	4		6		12	22
20	Тема 7.2. Контроль спортивной подготовки в спортивном ориентировании	2	4	4		8	18
Раздел 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ							
21	Тема 8.1. Материально-техническое оснащение занятий по спортивному ориентированию.			4		8	12
Всего за 3 курс:		8	24	22		54	108
ИТОГО за весь период обучения		36	122	112		270	540

4.30. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Спортивная медицина»

Автор-разработчик: Андриянова Екатерина Юрьевна, доктор биологических наук, профессор кафедры физиологии и спортивной медицины

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-7.. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<p>05.003</p> <p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и

		<p>переутомления занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - особенности разделения занимающихся на медицинские группы; - <i>особенности тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров</i> <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;
--	--	---

		<p>- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;</p> <p>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</p> <p>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</p> <p>- выявлять угрозы, степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности</p> <p>ОПК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</p> <p>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом</p> <p>- составления плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</p> <p>- обеспечения безопасности проведения учебных и</p>
--	--	--

		<p>дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся
<p>ОПК-9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>05.003</p> <p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p> <p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы измерения и оценки физического развития; - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности; - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-

	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>биологическим контролем; - основные слагаемые педагогического контроля (динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации</p> <hr/> <p>ОПК-9.2. Умеет: - интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, определяя степень соответствия их контрольным нормативам; - использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов; - планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса; - пользоваться контрольно-измерительными приборами; - использовать комплексное</p>
--	--	---

		<p>тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности; методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, теппинг-тест</p> <p>ОПК-9.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения антропометрических измерений; - применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при
--	--	--

		различных состояниях организма; - контроля состояния различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Спортивная медицина» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: *зачёт и экзамен при обучении на очной форме; экзамен – на заочной.*

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	72*					36	36		
В том числе:									
Лекции	30					14	16		
Семинарские занятия						-	-		
Практические занятия	42					22	20		
Лабораторные работы						-	-		
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)						зач	экз		
Самостоятельная работа обучающегося	36					18	18		
В том числе:									
Курсовая работа						-	-		
Расчётно-графические работы						-	-		
Рефераты						-	-		
Письменные самостоятельные работы						-	-		

Изучение теоретического материала	12					6	6		
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	12					6	6		
Подготовка к промежуточной аттестации	12					6	6		
Общая трудоемкость	часы	108				54	54		
	зачетные единицы	3				1,5	1,5		

*из 72 часов – 32 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	18*							18			
В том числе:											
Лекции	8							8			
Семинарские занятия								-			
Практические занятия	10							10			
Лабораторные работы								-			
Промежуточная аттестация (экзамен)								экз			
Самостоятельная работа обучающегося	90							90			
В том числе:											
Курсовая работа								-			
Расчётно-графические работы								-			
Рефераты								-			
Письменные самостоятельные работы								-			
Изучение теоретического материала	80							80			

Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)													
Подготовка к промежуточной аттестации		10							10				
Общая трудоемкость		часы	108						108				
		зачетные единицы	3						3				

*из 18 часов – 10 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	Всего часов
1	Раздел 1. Введение в курс «Спортивной медицины»				
	1.1. Цель и задачи спортивной медицины; содержание, история и организация спортивной медицины			1	1
	1.2. Понятие о здоровье и болезни. Основы общей патологии	6		1	7
2	Раздел 2. Врачебно-педагогический контроль физического развития спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой и имеющих ограничения в состоянии здоровья		6	1	7
3	Раздел 3. Исследование функционального состояния основных систем у спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой и имеющих ограничения в состоянии здоровья				
	3.1. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы спортсменов, методы исследования и оценки	4	8 (2ч к.р.)	2	14
	3.2. Функциональное состояние нервной системы и нервно – мышечного аппарата спортсменов, методы исследования и оценки	2	4		6
	3.3. Особенности функционального состояния аппарата внешнего дыхания	2	4 (2ч к.р.)		6

	спортсменов, методы исследования и оценки				
	3.4. Особенности функционального состояния органов пищеварения у спортсменов			2	2
	3.5. Особенности функционального состояния органов выделения у спортсменов			1	1
4	Раздел 4. Тестирование в спортивной медицине для оценки уровня функциональной готовности и физической работоспособности спортсмена				
	4.1. Тестирование в спортивной медицине	2		2	4
	4.2. Тест PWC 170		2	1	3
	4.3. Гарвардский степ-тест		2	1	3
	4.4 МПК как интегральный показатель физической работоспособности		6 (2ч к.р.)		6
5	Раздел 5. Медицинское обеспечение массовой физической культуры и спорта				
	5.1. Врачебный контроль за юными спортсменами			2	2
	5.2. Врачебный контроль за женщинами			2	2
	5.3. Врачебный контроль за лицами старших возрастов			2	2
	5.4. Врачебный контроль в массовой физической культуре			2	2
	5.5. Самоконтроль при занятиях массовой физической культурой.			2	2
6	Раздел 6. Врачебно-педагогические наблюдения за спортсменами				
	6.1. Врачебный контроль за спортсменами в процессе тренировок и соревнований	2	2		4
	6.2. Медицинское обеспечение спортивных соревнований			2	2
7	Раздел 7. Травмы и заболевания спортсменов при нерациональных занятиях спортом				
	7.1. Заболевания и травмы сердечно-сосудистой системы у спортсменов при нерациональных занятиях спортом	2		2	4
	7.2. Заболевания и травмы нервной системы и позвоночника у спортсменов при нерациональных занятиях спортом	2			2
	7.3. Лор-заболевания, болезни и травмы системы внешнего дыхания у спортсменов при нерациональных занятиях спортом	2			2

	7.4. Заболевания органов пищеварения у спортсменов	2			2
	7.5. Заболевания органов выделения у спортсменов при нерациональных занятиях спортом			2	2
	7.6. Заболевания и травмы опорно-двигательного аппарата у спортсменов при нерациональных занятиях спортом	2	2		4
8	Раздел 8. Острые патологические состояния у спортсменов	2			2
9	Раздел 9. Средства восстановления спортивной работоспособности				
	9.1. Общие принципы использования средств восстановления в спорте		0,5	1	1,5
	9.2. Педагогические и психологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности		0,5	1	1,5
	9.3. Физические и фармакологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности		1	2	3
10	Раздел 10. Внезапная смерть при занятиях спортом. Реанимационные мероприятия		4 (2ч к.р.)		4
11	Раздел 11. Некоторые заболевания, встречающиеся у спортсменов			2	2
12	Раздел 12. Тренировка в условиях горного климата. Горная болезнь			2	2
ИТОГО (в часах)		30	42	36	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	Всего часов
1	Раздел 1. Введение в курс «Спортивной медицины»				
	1.1. Цель и задачи спортивной медицины; содержание, история и организация спортивной медицины			2	2
	1.2. Понятие о здоровье и болезни. Основы общей патологии	2		2	4
2	Раздел 2. Врачебно-педагогический контроль физического развития			2	2

	спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой и имеющих ограничения в состоянии здоровья				
3	Раздел 3. Исследование функционального состояния основных систем у спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой и имеющих ограничения в состоянии здоровья				
	3.1. Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы спортсменов, методы исследования и оценки	2	2	4	8
	3.2. Функциональное состояние нервной системы и нервно – мышечного аппарата спортсменов, методы исследования и оценки	1		4	5
	3.3. Особенности функционального состояния аппарата внешнего дыхания спортсменов, методы исследования и оценки	1		4	5
	3.4. Особенности функционального состояния органов пищеварения у спортсменов			2	2
	3.5. Особенности функционального состояния органов выделения у спортсменов			2	2
4	Раздел 4. Тестирование в спортивной медицине для оценки уровня функциональной готовности и физической работоспособности спортсмена				
	4.1. Тестирование в спортивной медицине			4	4
	4.2. Тест PWC 170		2	2	4
	4.3. Гарвардский степ-тест			2	2
	4.4 МПК как интегральный показатель физической работоспособности		2	2	4
5	Раздел 5. Медицинское обеспечение массовой физической культуры и спорта				
	5.1. Врачебный контроль за юными спортсменами			2	2
	5.2. Врачебный контроль за женщинами			2	2
	5.3. Врачебный контроль за лицами старших возрастов			2	2
	5.4. Врачебный контроль в массовой физической культуре			2	2
	5.5. Самоконтроль при занятиях массовой физической культурой.			2	2
6	Раздел 6. Врачебно-педагогические наблюдения за спортсменами				
	6.1. Врачебный контроль за спортсменами			2	2

	в процессе тренировок и соревнований				
	6.2. Медицинское обеспечение спортивных соревнований			2	2
7	Раздел 7. Травмы и заболевания спортсменов при нерациональных занятиях спортом				
	7.1. Заболевания и травмы сердечно-сосудистой системы у спортсменов при нерациональных занятиях спортом			4	4
	7.2. Заболевания и травмы нервной системы и позвоночника у спортсменов при нерациональных занятиях спортом			4	4
	7.3. Лор-заболевания, болезни и травмы системы внешнего дыхания у спортсменов при нерациональных занятиях спортом			2	2
	7.4. Заболевания органов пищеварения у спортсменов			2	2
	7.5. Заболевания органов выделения у спортсменов при нерациональных занятиях спортом			2	2
	7.6. Заболевания и травмы опорно-двигательного аппарата у спортсменов при нерациональных занятиях спортом		2	4	6
8	Раздел 8. Острые патологические состояния у спортсменов	2		2	4
9	Раздел 9. Средства восстановления спортивной работоспособности				
	9.1. Общие принципы использования средств восстановления в спорте			2	2
	9.2. Педагогические и психологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности			3	3
	9.3. Физические и фармакологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности			3	3
10	Раздел 10. Внезапная смерть при занятиях спортом. Реанимационные мероприятия		2	6	8
11	Раздел 11. Некоторые заболевания, встречающиеся у спортсменов			6	6
12	Раздел 12. Тренировка в условиях горного климата. Горная болезнь			4	4
ИТОГО (в часах)		8	10	90	108

4.31. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Спортивные сооружения и экипировка»

Автор-разработчик: Кириллина Надежда Константиновна, старший преподаватель кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотнесенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	ОПК-15.1. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - историю строительства спортивных сооружений; - классификацию спортивных сооружений; - особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; - состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; - правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; - параметры и оборудование различных спортивных объектов; - расположение зрительских мест на трибунах; - расположение помещений и устройства для судей и прессы; - устройство и классификации сооружений для лёгкой атлетики; - устройство и классификации плавательных бассейнов; - устройство сооружений для конькобежного спорта, хоккея, фигурного катания, шорт-трека; - устройство и классификацию сооружений

		<p>для игровых видов спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - устройство сооружений для гребного, парусного, конного спорта, велотреков; - устройство тира, стенда, стрельбища; - устройство сооружений для лыжного спорта; - устройство спортсооружений для инвалидов; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС; - способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования <p>ОПК-15.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять правила поведения в помещении спортивного сооружения и на его территории; - разрабатывать план модернизации оснащения спортивного зала, выбирать оборудование; - <i>использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата;</i> - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря <p>ОПК-15.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; - проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам по ведению на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря - <i>контроля безопасного использования спортивной</i>
--	--	--

Рефераты													
Письменные самостоятельные работы													
Изучение теоретического материала		50											50
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)													
Подготовка к промежуточной аттестации		12											12
В том числе:		часы	72										72
		зачетные единицы	2										2

*из 10 часов – 10 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Введение в предмет	2	2	4	8
2	История развития спортивных сооружений	2	2	4	8
3	Основные положения проектирования	2	2	4	8
4	Организационные основы эксплуатации спортивных сооружений	2	2	4	8
5	Спортивные площадки и игровые поля	2	2	4	8
6	Открытые сооружения для легкой атлетики	2	2	4	8
7	Спортивные сооружения для водных видов спорта. Тренажеры и тренировочные устройства	2	2	4	8
8	Спортивные сооружения для зимних видов спорта. Сооружения для стрельбы	2	2	4	8
9	Спортивные сооружения для видов спорта на ледовых покрытиях. Сооружения для конного спорта. Велотреки	2	2	4	8
ИТОГО (в часах)		18	18	36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Введение в предмет	-	-	8	8
2	История развития спортивных сооружений	-	-	8	8
3	Основные положения проектирования	1	-	7	8
4	Организационные основы эксплуатации спортивных сооружений	1	-	7	8

5	Спортивные площадки и игровые поля	1	1	6	8
6	Открытые сооружения для легкой атлетики	-	2	6	8
7	Спортивные сооружения для водных видов спорта. Тренажеры и тренировочные устройства	1	1	6	8
8	Спортивные сооружения для зимних видов спорта. Сооружения для стрельбы	-	1	7	8
9	Спортивные сооружения для видов спорта на ледовых покрытиях. Сооружения для конного спорта. Велотреки	-	1	7	8
ИТОГО (в часах)		4	6	62	72

4.32. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**ДИСЦИПЛИНЫ «Экономика физической культуры»**

культуры»

Автор-разработчик: Богданова Светлана Вячеславовна, к.п.н., доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» Код 05.003	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений		УК-2.1. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - принципы и методы планирования; - виды и содержание планирования в физической культуре и спорте; - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; <input type="checkbox"/> УК-2.2. Умеет: <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-

Расчётно-графические работы										
Рефераты										
Письменные самостоятельные работы										
Изучение теоретического материала		84							84	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)		4							4	
Подготовка к промежуточной аттестации		6							6	
Общая трудоемкость	часы	108							108	
	зачетные единицы	3							3	

*из 14 часов – 14 часов в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Теоретические основы экономики физической культуры	2	4	-	-	8	14
2	Хозяйственный механизм сферы физической культуры	2	6	-	-	10	18
3	Финансирование физической культуры	4	4	-	-	8	16
4	Материально-техническая база физической культуры	2	4	-	-	6	12
5	Трудообеспечение физической культуры	2	4	-	-	6	12
6	Предпринимательская деятельность физкультурно-спортивных организаций	4	4	-	-	6	14
7	Формирование цен в сфере физической культуры	2	4	-	-	4	10
8	Внешнеэкономическая деятельность физкультурно-	2	4	-	-	6	12

	спортивных организаций						
	Итого	20	34	-	-	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Теоретические основы экономики физической культуры	2		-	-	11	13
2	Хозяйственный механизм сферы физической культуры	2		-	-	11	13
3	Финансирование физической культуры	2		-	-	11	13
4	Материально-техническая база физической культуры		2	-	-	11	13
5	Трудообеспечение физической культуры		2	-	-	11	13
6	Предпринимательская деятельность физкультурно-спортивных организаций		2	-	-	11	13
7	Формирование цен в сфере физической культуры		2	-	-	12	14
8	Внешнеэкономическая деятельность физкультурно-спортивных организаций			-	-	16	16
	Итого	6	8	-	-	94	108

**ЧАСТЬ БЛОКА 1, ФОРМИРУЕМАЯ
ОТНОШЕНИЙ**
УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
4.33.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (лёгкая атлетика)»

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, к.п.н., доцент теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ
РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки

ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	<p><i>ПК – 1.1. Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности в ИВС, достигнутых профессиональными спортсменами; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);

		<ul style="list-style-type: none"> - структуру годового цикла, индивидуального плана спортивной подготовки; - порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годовых и многолетних циклах; - технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p><i>ПК - 1.2. Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях; - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося; - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; - использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки; - контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося; - выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов. <p><i>ПК - 1.3. Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные
--	--	---

		<p><i>подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методике спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;</i> - <i>анализа показателей самоконтроля занимающихся.</i>
<p>ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p><i>ПК - 2.1. Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов;</i> - <i>критерии предварительного соревновательного отбора;</i> - <i>модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки;</i> - <i>предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и «подводки»;</i> - <i>программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>структура годичного цикла индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося;</i> - <i>общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации;</i> - <i>правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря;</i>

		<p>- типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</p> <p>- требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</p> <p>- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;</p> <p>- правила вида спорта.</p> <p><i>ПК - 2. 2. Умеет:</i></p> <p>- оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов;</p> <p>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;</p> <p>- использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата;</p> <p>- предупреждать случаи травматизма во время тренировок;</p> <p>- оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>- моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося, спортсмена для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований;</p> <p>- разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок;</p> <p>- рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий);</p> <p><i>ПК - 2.3. Имеет опыт:</i></p> <p>- проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося;</p> <p>- постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального</p>
--	--	---

		<p>соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям; - контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники самоконтроля занимающегося; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий. <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностям и избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эталонные характеристики техники движений, технико-тактических действий в ИВС; - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным приёмам игры и их разновидностям в ИВС; - современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; <p>ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить анализ техники в ИВС; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС; - подбирать методы и средства технической и тактической подготовки; - выбирать педагогические критерии и показатели для оценки техники выполнения упражнений; <p>ПК – 5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения технике и тактике избранного вида спорта, развития двигательных способностей; - совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.

Расчётно-графические работы											
Рефераты											
Письменные самостоятельные работы		80						20	40	20	
Изучение теоретического материала		132						44	44	44	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)		30						10	10	10	
Подготовка к промежуточной аттестации		40						20		20	
В том числе:	часы	324						108	108	108	
	зачетные единицы	9						3	3	3	

*из 42 часов – 40 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	лабораторные работы	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	3 курс						
	Раздел 1. Учебно-тренировочные занятия по легкой атлетике						
	Тема 1.1. Формы, средства и методы учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике		2			2	4
	Тема 1.2. Учебно-тренировочные занятия по легкой атлетике с детьми разного возраста			8		8	16
	Раздел 2. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (легкая атлетика).						
	2.1. Общие вопросы организации спортивной подготовки в Российской Федерации.	2				2	4
	2.2. Организация процесса спортивной подготовки в избранном виде спорта.		2	2		4	8
	2.3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта (легкая атлетика).		2	2		4	8
	Раздел 3. Основы планирования в легкой атлетике						
	Тема 3.1. Построение мезо и микро циклов тренировки в легкой атлетике		2	2		4	8
	Тема 3.2. Построение годового плана тренировки в легкой атлетике	2	10	10 (К.р.1)		22	44
	Тема 3.3. Особенности подготовки спортсменов высокой квалификации в легкой атлетике	2	2			4	8
	Тема 3.4. Управление процессом тренировки.		2			2	4
	Тема 3.5. Моделирование и прогнозирование спортивной деятельности		2 (К.р.2)			2	4

	Итого за 3 курс:	6	24	24		54	108
	4 курс						
	Раздел 4. Учебно-тренировочные занятия по легкой атлетике для разных категорий занимающихся						
	Тема 4.1. Особенности учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике с детьми разного возраста		2			2	4
	Тема 4.2. Особенности учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике с женщинами		2			2	4
	Тема 4.3. Особенности учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике с лицами старшего и пожилого возраста		2 (К.р.3)			2	4
	Раздел 5. Основы профессиональной деятельности спортивного педагога (тренера) в избранном виде спорта (легкая атлетика).						
	5.1. Должностные обязанности и квалификационные характеристики тренера в избранном виде спорта (легкая атлетика). Специфика цели, задач и функций тренера по легкой атлетике.		4	6		10	20
	5.2. Требования к подготовке тренера в избранном виде спорта (легкая атлетика). Специфика деятельности тренера в избранном виде спорта (легкая атлетика).		4	6		10	20
	Раздел 6. Перспективное планирования в избранном виде спорта (легкая атлетика)						
	Тема 6.1. Перспективное планирование в легкой атлетике	2	2	4		8	16
	Тема 6.2. Построение многолетней тренировки в легкой атлетике		4	10		14	28
	Тема 6.3. Построение олимпийского цикла тренировки в легкой атлетике		2	10		12	24
	Раздел 7. Современные технологии в спортивной тренировке в легкой атлетике						
	Тема 7.1. Современное состояние легкой атлетики	2	2			4	8
	Тема 7.2. Легкая атлетика в системе оздоровительных мероприятий	2	2			4	8
	Тема 7.3. Методика тренировки в беге на 100 и 200 м			2		2	4
	Тема 7.4. Методика тренировки в беге на 400 м			2		2	4
	Тема 7.5. Методика тренировки в барьерном беге на 100 и 110 м			2		2	4
	Тема 7.6. Методика тренировки в барьерном беге на 400 м			2		2	4
	Тема 7.7. Методика тренировки в беге на 800 и 1500 м			2 (К.р.4)		2	4
	Тема 7.8. Методика тренировки в беге на 5000 и			2		2	4

	10000 м						
	Тема 7.9. Методика тренировки в марафонском и кроссовом беге			2		2	4
	Тема 7.10. Методика тренировки в беге на 3000 м с препятствиями			2		2	4
	Тема 7.11. Методика тренировки в спортивной ходьбе			2		2	4
	Тема 7.12. Методика тренировки в метании копья			2		2	4
	Тема 7.13. Методика тренировки в метании молота			2		2	4
	Тема 7.14. Методика тренировки в метании диска			2		2	4
	Тема 7.15. Методика тренировки в толкании ядра			2		2	4
	Тема 7.16. Методика тренировки в прыжках в высоту			2 (К.р.5)		2	4
	Тема 7.17. Методика тренировки в прыжках в длину			2 (К.р.6)		2	4
	Тема 7.18. Методика тренировки в прыжках с шестом			2		2	4
	Тема 7.19. Методика тренировки в тройном прыжке			2		2	4
	Тема 7.20. Методика тренировки в многоборье		4	2		6	12
	Итого за 4 курс:	6	30	72		108	216
	ВСЕГО	12	54	96		162	324

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	3 курс (7 семестр)						
	Раздел 1. Учебно-тренировочные занятия по легкой атлетике						
	Тема 1.1. Формы, средства и методы учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике		2			2	4
	Тема 1.2. Учебно-тренировочные занятия по легкой атлетике с детьми разного возраста			2		14	16
	Раздел 2. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (легкая атлетика).						
	2.1. Общие вопросы организации спортивной подготовки в Российской Федерации.	2				2	4
	2.2. Организация процесса спортивной подготовки в избранном виде спорта.		2			6	8
	2.3. Федеральный стандарт спортивной подготовки					8	8

	по виду спорта (легкая атлетика).						
	Раздел 3. Основы планирования в легкой атлетике						
	Тема 3.1. Построение мезо и микро циклов тренировки в легкой атлетике					8	8
	Тема 3.2. Построение годового плана тренировки в легкой атлетике	2	2	2		38	44
	3 курс (8 семестр)						
	Тема 3.3. Особенности подготовки спортсменов высокой квалификации в легкой атлетике	2				6	8
	Тема 3.4. Управление процессом тренировки.		2			2	4
	Тема 3.5. Моделирование и прогнозирование спортивной деятельности					4	4
	Раздел 4. Учебно-тренировочные занятия по легкой атлетике для разных категорий занимающихся						
	Тема 4.1. Особенности учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике с детьми разного возраста					4	4
	Тема 4.2. Особенности учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике с женщинами					4	4
	Тема 4.1. Особенности учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике с лицами пожилого возраста					4	4
	Раздел 5. Основы профессиональной деятельности спортивного педагога (тренера) в избранном виде спорта (легкая атлетика).						
	5.1. Должностные обязанности и квалификационные характеристики тренера в избранном виде спорта (легкая атлетика). Специфика цели, задач и функций тренера по легкой атлетике.			2		22	24
	5.2. Требования к подготовке тренера в избранном виде спорта (легкая атлетика). Специфика деятельности тренера в избранном виде спорта (легкая атлетика).		2			10	12
	Раздел 6. Перспективное планирования в избранном виде спорта (легкая атлетика)						
	Тема 6.1. Перспективное планирование в легкой атлетике	2				14	16
	Тема 6.2. Построение многолетней тренировки в легкой атлетике		2	2		24	28
	Тема 6.3. Построение олимпийского цикла тренировки в легкой атлетике					16	16
	Итого за 3 курс:	8	12	8		188	216
	4 курс (9 семестр)						
	Раздел 7. Современные технологии в спортивной тренировке в легкой атлетике						
	Тема 7.1. Современное состояние легкой атлетики	2	2			4	8

	Тема 7.2. Легкая атлетика в системе оздоровительных мероприятий	2				6	8
	Тема 7.3. Методика тренировки в беге на 100 и 200 м			2		4	4
	Тема 7.4. Методика тренировки в беге на 400 м					4	4
	Тема 7.5. Методика тренировки в барьерном беге на 100 и 110 м					4	6
	Тема 7.6. Методика тренировки в барьерном беге на 400 м					4	4
	Тема 7.7. Методика тренировки в беге на 800 и 1500 м			2		4	6
	Тема 7.8. Методика тренировки в беге на 5000 и 10000 м					4	4
	Тема 7.9. Методика тренировки в марафонском и кроссовом беге					4	4
	Тема 7.10. Методика тренировки в беге на 3000 м с препятствиями					4	4
	Тема 7.11. Методика тренировки в спортивной ходьбе					4	4
	Тема 7.12. Методика тренировки в метании копья			2		4	6
	Тема 7.13. Методика тренировки в метании молота					4	4
	Тема 7.14. Методика тренировки в метании диска					4	4
	Тема 7.15. Методика тренировки в толкании ядра					4	4
	Тема 7.16. Методика тренировки в прыжках в высоту			2		4	6
	Тема 7.17. Методика тренировки в прыжках в длину					4	4
	Тема 7.18. Методика тренировки в прыжках с шестом					4	4
	Тема 7.19. Методика тренировки в тройном прыжке					4	4
	Тема 7.20. Методика тренировки в многоборье					16	16
	Итого за 4 курс:	4	2	8		94	108
	ВСЕГО	12	14	16		282	324

4.33.2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (гимнастика)»

Автор-разработчик: Румянцев Александр Андреевич, кандидат педагогических наук, преподаватель кафедры теории и методики гимнастики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки

ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p><i>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</i></p>	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности в ИВС, достигнутых профессиональными спортсменами; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных

		<p>дисциплин);</p> <ul style="list-style-type: none">- виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин);- продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин);- модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;- особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);- структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки;- порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;- систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин);- содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке;- содержание календаря спортивных соревнований,
--	--	--

		<p><i>предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах; - технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях; - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося; - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; - использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализировать нормативные,
--	--	--

		<p><i>прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i></p> <ul style="list-style-type: none">- <i>оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки;</i>- <i>контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося;</i>- <i>выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов.</i> <p>ПК - 1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- <i>подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</i>- <i>составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение</i>
--	--	---

		<p>занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства; - анализа показателей самоконтроля занимающихся.
<p>ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</p>	<p><i>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</i></p>	<p>ПК - 2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов; - критерии предварительного соревновательного отбора; - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки;

		<ul style="list-style-type: none"> - предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и «подводки»; - программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - структура годичного цикла индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации; - правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; - правила вида спорта. <p>ПК - 2. 2. Умеет:</p>
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none">- оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов;- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;- использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата;- предупреждать случаи травматизма во время тренировок;- оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин);- моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося, спортсмена для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований;- разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок;- рационально моделировать
--	--	---

		<p>нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий);</p> <p>ПК - 2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося; - постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки; - мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям; - контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие</p>	<p><i>D/05.6 Организация участия занимающегося в</i></p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники

<p>занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p><i>мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</i></p>	<p>самоконтроля занимающегося;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий. <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эталонные характеристики техники движений, технико-тактических действий в ИВС; - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным приёмам игры и их разновидностям в ИВС; - современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; <p>ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить анализ техники в ИВС; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС;

		<ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы и средства технической и тактической подготовки; - выбирать педагогические критерии и показатели для оценки техники выполнения упражнений; <p>ПК – 5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения технике и тактике игры, развития двигательных способностей; - совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (гимнастика)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсе при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт и экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	162*						54	54	54
В том числе:									
Лекции	12						6	6	
Семинарские занятия									
Практические занятия	150						48	48	54
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация							Зач.		Экз.
Самостоятельная работа обучающегося	162						54	54	54
В том числе:									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты									
Письменные самостоятельные работы	52						14	24	14
Изучение теоретического материала	60						20	20	20
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	30						10	10	10
Подготовка к промежуточной аттестации	20						10		10
В том числе:	часы						108	108	108
	зачетные единицы	9					3	3	3

*из 164 часов – 158 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	3 курс						
	Раздел 1. Учебно-тренировочные занятия по спортивной гимнастике						
	Тема 1.1. Формы, средства и методы учебно-тренировочных занятий по спортивной гимнастике			2		2	4
	Тема 1.2. Учебно-тренировочные занятия по спортивной гимнастике с детьми разного возраста			8		8	16
	Раздел 2. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (спортивная гимнастика)						
	2.1. Общие вопросы организации спортивной подготовки в Российской Федерации	2				2	4
	2.2. Организация процесса спортивной подготовки в избранном виде спорта			4		4	8
	2.3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта (спортивная гимнастика)			4		4	8
	Раздел 3. Основы планирования в спортивной гимнастике						
	Тема 3.1. Построение мезо- и микроциклов тренировки в спортивной гимнастике			4		4	8
	Тема 3.2. Построение годового плана тренировки в спортивной гимнастике	2		16 (К.р.1)		22	40
	Тема 3.3. Особенности подготовки спортсменов высокой квалификации в спортивной гимнастике	2		2		4	8
	Тема 3.4. Управление процессом тренировки			4		2	6
	Тема 3.5. Моделирование и прогнозирование спортивной деятельности			4 (К.р.2)		2	6
	Итого за 3 курс:	6		48		54	108
	4 курс						
	Раздел 4. Учебно-тренировочные занятия по спортивной гимнастике для разных категорий занимающихся						
	Тема 4.1. Особенности учебно-тренировочных занятий по спортивной гимнастике с детьми разного возраста			2		2	4
	Тема 4.2. Особенности учебно-тренировочных занятий по спортивной гимнастике с женщинами			2		2	4

Тема 4.3. Особенности учебно-тренировочных занятий по спортивной гимнастике с лицами старшего и пожилого возраста			2 (К.р.3)		4	6
Раздел 5. Основы профессиональной деятельности спортивного педагога (тренера) в избранном виде спорта (спортивная гимнастика)						
5.1. Должностные обязанности и квалификационные характеристики тренера в избранном виде спорта (спортивная гимнастика). Специфика целей, задач и функций тренера по спортивной гимнастике			10		12	22
5.2. Требования к подготовке тренера в избранном виде спорта (спортивная гимнастика). Специфика деятельности тренера в избранном виде спорта (спортивная гимнастика)			10		6	16
Раздел 6. Перспективное планирование в избранном виде спорта (спортивная гимнастика)						
Тема 6.1. Перспективное планирование в спортивной гимнастике	2		6		8	16
Тема 6.2. Построение многолетней тренировки в спортивной гимнастике			14		14	28
Тема 6.3. Построение олимпийского цикла тренировки в спортивной гимнастике			12		12	24
Раздел 7. Современные технологии в спортивной тренировке в спортивной гимнастике						
Тема 7.1. Современное состояние спортивной гимнастики	2		2		4	8
Тема 7.2. Спортивная гимнастика в системе оздоровительных мероприятий	2		2		4	8
Тема 7.3. Методика тренировки в вольных упражнениях			4		4	8
Тема 7.4. Методика тренировки на коне/махи			2		2	4
Тема 7.5. Методика тренировки на кольцах			2		2	4
Тема 7.6. Методика тренировки на опорном прыжке			4		4	8
Тема 7.7. Методика тренировки параллельных брусьях			2 (К.р.4)		4	6
Тема 7.8. Методика тренировки на перекладине			4		4	8
Тема 7.9. Методика тренировки на бревне			2		2	4
Тема 7.10. Методика тренировки разновысоких брусьях			2		2	4
Тема 7.11. Хореографическая подготовка гимнастов			2		2	4
Тема 7.12. Базовая подготовка гимнастов			6 (К.р.5)		6	12
Тема 7.13. Батутная подготовка гимнастов			2		2	4
Тема 7.14. Методика тренировки в многоборье			8		6	14

				(К.р.6)			
	Итого за 4 курс:	6		102		108	216
	ВСЕГО	12		150		162	324

4.33.3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (единоборства)»

Авторы-разработчики: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

Васильков Игорь Евгеньевич, старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки

ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	<i>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</i>	<p><i>ПК – 1.1. Знает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности в ИВС, достигнутых профессиональными спортсменами; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки; - порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности, занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах;

		<ul style="list-style-type: none"> - технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p><i>ПК - 1.2. Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях; - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося; - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; - использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки; - контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося; - выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов. <p><i>ПК - 1.3. Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий; - составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной
--	--	--

		<p>подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа показателей самоконтроля занимающихся.
<p>ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</p>	<p><i>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</i></p>	<p>ПК - 2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов; - критерии предварительного соревновательного отбора; - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки; - предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и «подводки»; - программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - структура годового цикла индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации;

		<ul style="list-style-type: none"> - правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; - правила вида спорта. <p><i>ПК - 2. 2. Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; - использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата; - предупреждать случаи травматизма во время тренировок; - оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося, спортсмена для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований; - разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок; - рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий); <p><i>ПК - 2.3. Имеет опыт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося; - постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности)
--	--	--

		<p>различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям; - контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p><i>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</i></p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники самоконтроля занимающегося; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий. <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эталонные характеристики техники движений, технико-тактических действий в ИВС; - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным приёмам игры и их разновидностям в ИВС; - современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; <p>ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить анализ техники в ИВС; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС; - подбирать методы и средства технической и тактической подготовки; - выбирать педагогические критерии и показатели для оценки техники выполнения упражнений; <p>ПК – 5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения технике и тактике игры, развития двигательных способностей; - совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме и на 4-5 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	12						4	4	4
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	150						50	50	50
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>									
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Рефераты</i>	14								14
<i>Составление документов планирования</i>	60						20	20	20
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	70						28	28	14
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18						6	6	6
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	324					108	108	108
	<i>зачетные единицы</i>	9					3	3	3

*из 162 часов – 64 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры												
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Контактная работа преподавателей с обучающимися	42							14	14	14				
<i>В том числе:</i>														
Лекции	12							4	4	4				
Семинарские занятия	30							10	10	10				
Практические занятия														
Лабораторные работы														
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)														
Самостоятельная работа обучающегося	282							94	94	94				
<i>В том числе:</i>														
Рефераты	14												14	
Составление документов планирования	60							20	20	20				
Письменные самостоятельные работы														
Изучение теоретического материала	150							50	50	50				
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	18							6	6	6				
Подготовка к промежуточной аттестации	40							18	18	4				
Общая трудоемкость	часы	324						108	108	108				
	зачетные единицы	9						3	3	3				

* из 42 часов – 12 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№	Наименование тем и разделов тем	Лекции	Практические	Семинары, Методические занятия	Самостоятельная работа	Всего
1	2	3	4	5	6	7
Третий курс, шестой семестр						
Раздел 1. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
1	Тема 1.1. Научные основы спортивной тренировки в единоборствах.	4	4	-	8	16
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
2	Тема 2.1. Современные методики и технологии физической подготовки в единоборствах.	-	8	-	10	18
3	Тема 2.2. Современные методики и технологии технической подготовки в единоборствах.	-	8	-	8	16
4	Тема 2.3. Современные методики и технологии тактической подготовки в единоборствах.	-	8	-	10	18
5	Тема 2.4. Интегральная подготовка в единоборствах.	-	8	-	8	16
6	Тема 2.5. Подготовка единоборцев в процессе соревнований	-	14	-	10	24
Всего за 6 семестр		4	50	-	54	108
Четвёртый курс, седьмой семестр						
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
7	Тема 2.6. Направления совершенствования системы подготовки в единоборствах.	2	4	-	12	18
8	Тема 2.7. Периодизация системы спортивной подготовки. Содержание и особенности микро, мезо и макроструктуры подготовки в единоборствах.	2	6	-	10	18
9	Тема 2.8. Планирование учебно-тренировочного процесса в циклах подготовки. Основные документы планирования.	-	6	-	18	24
10	Тема 2.9. Учебно-тренировочные занятия комплексной и избирательной направленности: содержание, последовательность решения задач.	-	34	-	14	48
Всего за 7 семестр:		4	50		54	108
Четвёртый курс, восьмой семестр						
Раздел 3. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В ЕДИНОБОРСТВАХ						

11	Тема 3.1. Соревновательная деятельность в единоборствах. Планирование и контроль. Правила соревнований.	2	4	-	6	12
12	Тема 3.2. Моделирование и прогнозирование спортивной подготовки в единоборствах.	2	4	-	6	12
13	Тема 3.3. Современные технологии педагогического контроля над нагрузками и подготовленностью спортсменов и команд.	-	16	-	16	32
14	Тема 3.4. Средства восстановления спортивной работоспособности.	-	4	-	4	8
15	Тема 3.5. Организационно-методические особенности подготовки единоборцев в различных организациях (КФК, ДЮСШ, Школы-интернаты, ВУЗы, техникумы)	-	8	-	8	16
Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В ЕДИНОБОРСТВАХ						
16	Тема 4.1. Подготовка единоборцев высокой квалификации	-	10	-	10	20
17	Тема 4.2. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов и семинаров	-	4	-	4	8
Итого 8 семестр:		4	50	-	54	108
Всего		12	150	-	162	324

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№	Наименование тем и разделов тем	Лекции	Практические	Семинары, Методические занятия	Самостоятельная работа	Всего
1	2	3	4	5	6	7
Четвёртый, седьмой семестр						
Раздел 1. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
1	Тема 1.1. Научные основы спортивной тренировки в единоборствах.	4	-	-	16	20
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
2	Тема 2.1. Современные методики и технологии физической подготовки в единоборствах.	-	2	-	16	18
3	Тема 2.2. Современные методики и технологии технической подготовки в единоборствах.	-	2	-	16	18

4	Тема 2.3. Современные методики и технологии тактической подготовки в единоборствах.	-	2	-	16	18
5	Тема 2.4. Интегральная подготовка в единоборствах.	-	2	-	16	18
6	Тема 2.5. Подготовка единоборцев в процессе соревнований	-	2	-	14	16
Всего за 6 семестр		4	10	-	94	108
<i>Четвёртый курс, восьмой семестр</i>						
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
7	Тема 2.6. Направления совершенствования системы подготовки в единоборствах.	2	2	-	22	26
8	Тема 2.7. Периодизация системы спортивной подготовки. Содержание и особенности микро, мезо и макроструктуры подготовки в единоборствах.	2	2	-	24	28
9	Тема 2.8. Планирование учебно-тренировочного процесса в циклах подготовки. Основные документы планирования.	-	2	-	24	26
10	Тема 2.9. Учебно-тренировочные занятия комплексной и избирательной направленности: содержание, последовательность решения задач.	-	4	-	24	28
Всего за 7 семестр:		4	10	-	94	108
<i>Пятый курс, девятый семестр</i>						
Раздел 3. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В ЕДИНОБОРСТВАХ						
11	Тема 3.1. Соревновательная деятельность в единоборствах. Планирование и контроль. Правила.	2	2	-	14	18
12	Тема 3.2. Моделирование и прогнозирование спортивной подготовки в единоборствах.	2	2	-	14	18
13	Тема 3.3. Современные технологии педагогического контроля над нагрузками и подготовленностью спортсменов и команд.	-	2	-	14	16
14	Тема 3.4. Средства восстановления спортивной работоспособности.	-	1	-	12	13
15	Тема 3.5. Организационно-методические особенности подготовки единоборцев в различных организациях (КФК, ДЮСШ, Школы-интернаты, ВУЗы, техникумы)	-	1	-	12	13
Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В ЕДИНОБОРСТВАХ						

16	Тема 4.1. Подготовка единоборцев высокой квалификации	-	1	-	14	15
17	Тема 4.2. Организация и проведение сборов.	-	1	-	14	15
Итого 8 семестр:		4	10	-	94	108
Всего		12	30	-	282	324

4.33.4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (спортивные игры)»

Автор-разработчик: Таран Ирина Ивановна, кандидат психологических наук, доцент

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки

ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности в ИВС, достигнутых профессиональными спортсменами; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - структуру годового цикла, индивидуального плана спортивной подготовки; - порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годовых и многолетних циклах; - технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки;

		<ul style="list-style-type: none"> - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях; - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося; - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; - использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки; - контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося; - выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов. <p>ПК - 1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий; - составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;
--	--	---

		<p>- анализа показателей самоконтроля занимающихся.</p>
<p>ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ПК - 2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов; - критерии предварительного соревновательного отбора; - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки; - предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и «подводки»; - программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин);

		<ul style="list-style-type: none"> - построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - структура годового цикла индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации; - правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; - правила вида спорта. <p>ПК - 2. 2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; - использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата; - предупреждать случаи травматизма во время тренировок; - оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося, спортсмена для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований; - разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок; - рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий); <p>ПК - 2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование
--	--	--

		<p>различных сторон подготовленности занимающегося;</p> <ul style="list-style-type: none"> - постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки; - мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям; - контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники самоконтроля занимающегося; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий. <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эталонные характеристики техники движений, технико-тактических действий в ИВС; - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным приёмам игры и их разновидностям в ИВС; - современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; <p>ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить анализ техники в ИВС; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС; - подбирать методы и средства технической и тактической подготовки; - выбирать педагогические критерии и показатели для оценки техники выполнения упражнений; <p>ПК – 5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения технике и тактике игры, развития двигательных способностей; - совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме и на 4-5 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
Лекции	12						4	4	4
Семинарские занятия	78						24	20	34
Практические занятия	72						26	30	16
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)									
Самостоятельная работа обучающегося	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
Рефераты	14								14
Составление документов планирования	60						20	20	20
Письменные самостоятельные работы	40						18	18	4
Изучение теоретического материала	30						10	10	10
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	18						6	6	6
Подготовка к промежуточной аттестации									
<i>В том числе:</i>	часы	324					108	108	108
	зачетные единицы	9					3	3	3

*из 162 часов – 64 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	42							14	14	14	
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	<i>12</i>							<i>4</i>	<i>4</i>	<i>4</i>	
<i>Семинарские занятия</i>	<i>30</i>							<i>10</i>	<i>10</i>	<i>10</i>	
<i>Практические занятия</i>											
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>											
Самостоятельная работа обучающегося	282							94	94	94	
<i>В том числе:</i>											
<i>Рефераты</i>	<i>14</i>									<i>14</i>	
<i>Составление документов планирования</i>	<i>60</i>							<i>20</i>	<i>20</i>	<i>20</i>	
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	<i>40</i>							<i>18</i>	<i>18</i>	<i>4</i>	
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>150</i>							<i>50</i>	<i>50</i>	<i>50</i>	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	<i>18</i>							<i>6</i>	<i>6</i>	<i>6</i>	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>											
Общая трудоемкость	часы	324						108	108	108	
	зачетные единицы	9						3	3	3	

* из 42 часов – 12 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ**Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий**

	Наименование тем и разделов тем	Лек	Практ	Семинар	Само	Всего
--	--	------------	--------------	----------------	-------------	--------------

№		ции	и ческие	ы, Методи ческие занятия	сто- ятель ная работ а	
1	2	3	4	5	6	7
Третий курс, шестой семестр						
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ						
1	Тема 1.1. Научные основы спортивной тренировки в спортивных играх.	4	-	4	8	16
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
2	Тема 2.1. Современные методики и технологии физической подготовки в спортивных играх.	-	4	4	10	18
3	Тема 2.2. Современные методики и технологии технической подготовки в спортивных играх.	-	4	4	8	16
4	Тема 2.3. Координационная подготовка в спортивных играх.	-	10	4	10	24
5	Тема 2.4. Современные методики и технологии тактической подготовки в спортивных играх.	-	4	4	10	18
6	Тема 2.5. Интегральная подготовка в спортивных играх.	-	4	4	8	16
Всего за 6 семестр		4	26	24	54	108
Четвёртый курс, седьмой семестр						
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
7	Тема 2.6. Направления совершенствования системы подготовки в спортивных играх.	2	-	4	12	18
8	Тема 2.7. Периодизация системы спортивной подготовки. Содержание и особенности микро, мезо и макроструктуры подготовки в спортивных играх.	2	-	6	10	18
9	Тема 2.8. Планирование учебно-тренировочного процесса в циклах подготовки. Основные документы планирования.	-	-	6	18	24
10	Тема 2.9. Учебно-тренировочные занятия комплексной и избирательной направленности: содержание, последовательность решения задач.	-	30	4	14	48
Всего за 7 семестр:		4	30	20	54	108
Четвёртый курс, восьмой семестр						
Раздел 3. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ						
11	Тема 3.1. Соревновательная деятельность в спортивных играх. Планирование и контроль. Правила	2	-	4	6	12

	игры.					
12	Тема 3.2. Моделирование и прогнозирование спортивной подготовки в спортивных играх.	2	-	4	6	12
13	Тема 3.3. Современные технологии педагогического контроля за нагрузками и подготовленностью спортсменов и команд.	-	10	6	6	22
14	Тема 3.4. Управление спортивной командой.	-	-	8	6	14
15	Тема 3.5. Средства восстановления спортивной работоспособности.	-	-	4	6	10
Раздел 4. ПОДГОТОВКА КОМАНД В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ						
16	Тема 4.1. Структура олимпийских циклов подготовки в спортивных играх. Особенности спортивной подготовки в командах высокой квалификации.	-	6	4	6	16
17	Тема 4.2. Организация и проведение сборов.	-	-	4	4	8
18	Написание реферата по темам	-	-	-	14	14
Итого 8 семестр:		4	16	34	54	108
Всего		12	72	78	162	324

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№	Наименование тем и разделов тем	Лекции	Практические	Семинары, Методические занятия	Самостоятельная работа	Всего
1	2	3	4	5	6	7
Четвёртый, седьмой семестр						
Раздел 1. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
1	Тема 1.1. Научные основы спортивной тренировки в спортивных играх.	4	-	-	16	20
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
2	Тема 2.1. Современные методики и технологии физической подготовки в спортивных играх.	-	-	2	16	18
3	Тема 2.2. Современные методики и технологии технической подготовки в спортивных играх.	-	-	2	16	18
4	Тема 2.3. Координационная подготовка в спортивных играх.	-	-	2	14	16
5	Тема 2.4. Современные методики и технологии тактической подготовки в спортивных играх.	-	-	2	16	18

6	Тема 2.5. Интегральная подготовка в спортивных играх.	-	-	2	16	18
Всего за 6 семестр		4	-	10	94	108
<i>Четвёртый курс, восьмой семестр</i>						
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
7	Тема 2.6. Направления совершенствования системы подготовки в спортивных играх.	2	-	2	24	28
8	Тема 2.7. Периодизация системы спортивной подготовки. Содержание и особенности микро, мезо и макроструктуры подготовки в спортивных играх.	2	-	2	24	28
9	Тема 2.8. Планирование учебно-тренировочного процесса в циклах подготовки. Основные документы планирования.	-	-	2	23	25
10	Тема 2.9. Учебно-тренировочные занятия комплексной и избирательной направленности: содержание, последовательность решения задач.	-	2	2	23	27
Всего за 7 семестр:		4	2	8	94	108
<i>Пятый курс, девятый семестр</i>						
Раздел 3. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ						
11	Тема 3.1. Соревновательная деятельность в спортивных играх. Планирование и контроль. Правила игры.	2	-	1	10	13
12	Тема 3.2. Моделирование и прогнозирование спортивной подготовки в спортивных играх.	2	-	1	12	15
13	Тема 3.3. Современные технологии педагогического контроля за нагрузками и подготовленностью спортсменов и команд.	-	2	1	12	15
14	Тема 3.4. Управление спортивной командой.	-	-	1	12	13
15	Тема 3.5. Средства восстановления спортивной работоспособности.	-	-	1	12	13
Раздел 4. ПОДГОТОВКА КОМАНД В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ						
16	Тема 4.1. Структура олимпийских циклов подготовки в спортивных играх. Особенности спортивной подготовки в командах высокой квалификации.	-	-	2	12	14
17	Тема 4.2. Организация и проведение сборов.	-	-	1	10	11
18	Написание реферата по темам	-	-	-	14	14

Итого 8 семестр:	4	2	8	94	108
Всего	12	4	26	282	324

4.33.5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (лыжный спорт)»

Авторы-разработчики: Багин Николай Анатольевич, кандидат педагогических наук, доцент

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки

ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и результатов соревновательной деятельности в ИВС, достигнутых профессиональными спортсменами; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - структуру годового цикла, индивидуального плана спортивной подготовки; - порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годовых и многолетних циклах;

		<ul style="list-style-type: none"> - технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях; - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося; - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; - использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки; - контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося; - выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов. <p>ПК - 1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий; - составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной
--	--	--

		<p><i>подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;</i></p> <p><i>- анализа показателей самоконтроля занимающихся.</i></p>
<p>ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ПК - 2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов;</i> - <i>критерии предварительного соревновательного отбора;</i> - <i>модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки;</i> - <i>предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и «подводки»;</i> - <i>программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>структура годового цикла индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося;</i> - <i>общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации;</i>

		<ul style="list-style-type: none"> - правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря; - типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; - правила вида спорта. <p>ПК - 2. 2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; - использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата; - предупреждать случаи травматизма во время тренировок; - оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося, спортсмена для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований; - разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок; - рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий); <p>ПК - 2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося; - постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности)
--	--	--

		<p><i>различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям;</i> - <i>контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.</i>
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>методы и техники самоконтроля занимающегося;</i> - <i>основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки;</i> - <i>планы восстановительных мероприятий.</i> <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;</i> <p>ПК – 3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.</i>
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>эталонные характеристики техники движений, технико-тактических действий в ИВС;</i> - <i>ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС;</i> - <i>средства и методы обучения основным приёмам игры и их разновидностям в ИВС;</i> - <i>современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий;</i> <p>ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>проводить анализ техники в ИВС;</i> - <i>определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС;</i> - <i>подбирать методы и средства технической и тактической подготовки;</i> - <i>выбирать педагогические критерии и показатели для оценки техники выполнения упражнений;</i> <p>ПК – 5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>обучения технике и тактике игры, развития двигательных способностей;</i> - <i>совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.</i>

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме и на 4-5 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ**Очная форма обучения**

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	162*						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>12</i>						<i>4</i>	<i>4</i>	<i>4</i>
<i>Семинарские занятия</i>	<i>78</i>						<i>24</i>	<i>20</i>	<i>34</i>
<i>Практические занятия</i>	<i>72</i>						<i>26</i>	<i>30</i>	<i>16</i>
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>									
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Рефераты</i>	<i>14</i>								<i>14</i>
<i>Составление документов планирования</i>	<i>60</i>						<i>20</i>	<i>20</i>	<i>20</i>
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	<i>40</i>						<i>18</i>	<i>18</i>	<i>4</i>
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>30</i>						<i>10</i>	<i>10</i>	<i>10</i>
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	<i>18</i>						<i>6</i>	<i>6</i>	<i>6</i>
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	324					108	108	108
	<i>зачетные единицы</i>	9					3	3	3

*из 162 часов – 64 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	42*							14	14	14	
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	<i>12</i>							<i>4</i>	<i>4</i>	<i>4</i>	
<i>Семинарские занятия</i>	<i>30</i>							<i>10</i>	<i>10</i>	<i>10</i>	
<i>Практические занятия</i>											
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>											
Самостоятельная работа обучающегося	282							94	94	94	
<i>В том числе:</i>											
<i>Рефераты</i>	<i>14</i>									<i>14</i>	
<i>Составление документов планирования</i>	<i>60</i>							<i>20</i>	<i>20</i>	<i>20</i>	
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	<i>40</i>							<i>18</i>	<i>18</i>	<i>4</i>	
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>150</i>							<i>50</i>	<i>50</i>	<i>50</i>	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	<i>18</i>							<i>6</i>	<i>6</i>	<i>6</i>	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>											
Общая трудоемкость	часы	324						108	108	108	
	зачетные единицы	9						3	3	3	

* из 42 часов – 12 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ**Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий**

	Наименование тем и разделов тем	Лек	Практ	Семинар	Само	Всего
--	--	------------	--------------	----------------	-------------	--------------

№		ции	и ческие	ы, Методи ческие занятия	сто- ятель ная работ а	
1	2	3	4	5	6	7
Третий курс, шестой семестр						
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ						
1	Тема 1.1. Научные основы спортивной тренировки в лыжном спорте.	4	-	4	8	16
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
2	Тема 2.1. Современные методики и технологии физической подготовки в лыжном спорте.	-	4	4	10	18
3	Тема 2.2. Современные методики и технологии технической подготовки в лыжном спорте.	-	14	8	18	40
4	Тема 2.3. Современные методики и технологии тактической подготовки в лыжном спорте.	-	4	4	10	18
5	Тема 2.4. Интегральная подготовка в лыжном спорте.	-	4	4	8	16
Всего за 6 семестр		4	26	24	54	108
Четвёртый курс, седьмой семестр						
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
6	Тема 2.5. Направления совершенствования системы подготовки в лыжном спорте.	2	-	4	12	18
7	Тема 2.6. Периодизация системы спортивной подготовки. Содержание и особенности микро, мезо и макроструктуры подготовки в лыжном спорте.	2	-	6	10	18
8	Тема 2.7. Планирование учебно-тренировочного процесса в циклах подготовки. Основные документы планирования в лыжном спорте.	-	-	6	18	24
9	Тема 2.8. Учебно-тренировочные занятия комплексной и избирательной направленности: содержание, последовательность решения задач.	-	30	4	14	48
Всего за 7 семестр:		4	30	20	54	108
Четвёртый курс, восьмой семестр						
Раздел 3. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ						
10	Тема 3.1. Соревновательная деятельность в лыжном спорте. Планирование и контроль. Правила соревнований.	2	-	4	6	12

11	Тема 3.2. Моделирование и прогнозирование спортивной подготовки в лыжном спорте.	2	-	4	6	12
12	Тема 3.3. Современные технологии педагогического контроля за нагрузками и подготовленностью спортсменов.	-	10	6	6	22
13	Тема 3.4. Управление сборной командой по виду лыжного спорта.	-	-	8	6	14
14	Тема 3.5. Средства восстановления спортивной работоспособности.	-	-	4	6	10
Раздел 4. ПОДГОТОВКА СБОРНЫХ КОМАНД В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ						
15	Тема 4.1. Структура олимпийских циклов подготовки в видах лыжного спорта. Особенности спортивной подготовки в сборных командах высокой квалификации.	-	6	4	6	16
16	Тема 4.2. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов.	-	-	4	4	8
17	Написание реферата по темам	-	-	-	14	14
Итого 8 семестр:		4	16	34	54	108
Всего		12	72	78	162	324

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№	Наименование тем и разделов тем	Лекции	Практические	Семинары, Методические занятия	Самостоятельная работа	Всего
1	2	3	4	5	6	7
Четвёртый, седьмой семестр						
Раздел 1. ОСНОВЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
1	Тема 1.1. Научные основы спортивной тренировки в лыжном спорте.	4	-	-	16	20
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
2	Тема 2.1. Современные методики и технологии физической подготовки в лыжном спорте.	-	-	2	16	18
3	Тема 2.2. Современные методики и технологии технической подготовки в лыжном спорте.	-	-	4	30	34
4	Тема 2.3. Современные методики и технологии тактической подготовки в лыжном спорте.	-	-	2	16	18
5	Тема 2.4. Интегральная подготовка в лыжном спорте.	-	-	2	16	18
Всего за 6 семестр		4	-	10	94	108

<i>Четвёртый курс, восьмой семестр</i>						
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
6	Тема 2.5. Направления совершенствования системы подготовки в лыжном спорте.	2	-	2	24	28
7	Тема 2.6. Периодизация системы спортивной подготовки. Содержание и особенности микро, мезо и макроструктуры подготовки в лыжном спорте.	2	-	2	24	28
8	Тема 2.7. Планирование учебно-тренировочного процесса в циклах подготовки. Основные документы планирования в лыжном спорте	-	-	2	23	25
9	Тема 2.8. Учебно-тренировочные занятия комплексной и избирательной направленности: содержание, последовательность решения задач.	-	2	2	23	27
Всего за 7 семестр:		4	2	8	94	108
<i>Пятый курс, девятый семестр</i>						
Раздел 3. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ						
10	Тема 3.1. Соревновательная деятельность в лыжном спорте. Планирование и контроль. Правила соревнований.	2	-	1	10	13
11	Тема 3.2. Моделирование и прогнозирование спортивной подготовки в лыжном спорте.	2	-	1	12	15
12	Тема 3.3. Современные технологии педагогического контроля за нагрузками и подготовленностью спортсменов.	-	2	1	12	15
13	Тема 3.4. Управление сборной командой по виду лыжного спорта.	-	-	1	12	13
14	Тема 3.5. Средства восстановления спортивной работоспособности.	-	-	1	12	13
Раздел 4. ПОДГОТОВКА КОМАНД В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ						
15	Тема 4.1. Структура олимпийских циклов подготовки в лыжном . Особенности спортивной подготовки в сборных командах высокой квалификации.	-	-	2	12	14
16	Тема 4.2. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов.	-	-	1	10	11
17	Написание реферата по темам	-	-	-	14	14
Итого 8 семестр:		4	2	8	94	108
Всего		12	4	26	282	324

4.33.6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта (спортивное ориентирование)»

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук.

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки

ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК - 1 - Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки	D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности в ИВС, достигнутых профессиональными спортсменами; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки; - порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных

		<p>дисциплин);</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах; - технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях; - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося; - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; - использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки; - контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося; - выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов. <p>ПК - 1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств
--	--	--

		<p>(общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства; - анализа показателей самоконтроля занимающихся.
<p>ПК - 2 - Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ПК - 2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов; - критерии предварительного соревновательного отбора; - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки; - предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и «подводки»; - программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);

		<ul style="list-style-type: none">- структура годичного цикла индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося;- общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации;- правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря;- типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;- требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;- правила вида спорта. <p>ПК - 2. 2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов;- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;- использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата;- предупреждать случаи травматизма во время тренировок;- оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин);- моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося, спортсмена для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований;- разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок;- рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами
--	--	--

		<p>тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий);</p> <p>ПК - 2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося; - постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки; - мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям; - контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники самоконтроля занимающегося; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий. <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эталонные характеристики техники движений, технико-тактических действий в ИВС; - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным техническим приемам и их разновидностям в ИВС;

<p>процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями.</p>		<p>- современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- проводить анализ техники в ИВС;- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС;- подбирать методы и средства технической и тактической подготовки;- выбирать педагогические критерии и показатели для оценки техники выполнения упражнений; <p>ПК – 5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- обучения технике и тактике ИВС, развития двигательных способностей;- совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Технологии спортивной тренировки в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	12						4	4	4
<i>Семинарские занятия</i>	78						24	20	34
<i>Практические занятия</i>	72						26	30	16
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>									
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Рефераты</i>	14								14
<i>Составление документов планирования</i>	60						20	20	20
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	40						18	18	4
<i>Изучение теоретического материала</i>	30						10	10	10
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18						6	6	6
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	324					108	108	108
	<i>зачетные единицы</i>	9					3	3	3

*из 162 часов – 64 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№	Наименование тем и разделов тем	Лекции	Практические	Семинары, Методические занятия	Самостоятельная работа	Всего
1	2	3	4	5	6	7
Третий курс, шестой семестр						
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ						
1	Тема 1.1. Научные основы спортивной тренировки в спортивном ориентировании.	4	-	4	8	16
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
2	Тема 2.1. Современные методики и технологии физической подготовки в спортивном ориентировании.	-	4	4	10	18
3	Тема 2.2. Современные методики и технологии технической подготовки в спортивном ориентировании.	-	4	4	8	16
4	Тема 2.3. Координационная подготовка в спортивном ориентировании.	-	10	4	10	24
5	Тема 2.4. Современные методики и технологии тактической подготовки в спортивном ориентировании.	-	4	4	10	18
6	Тема 2.5. Интегральная подготовка в спортивном ориентировании.	-	4	4	8	16
Всего за 6 семестр		4	26	24	54	108
Четвёртый курс, седьмой семестр						
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
7	Тема 2.6. Направления совершенствования системы подготовки в спортивном ориентировании.	2	-	4	12	18
8	Тема 2.7. Периодизация системы спортивной подготовки. Содержание и особенности микро, мезо и макроструктуры подготовки в спортивном ориентировании..	2	-	6	10	18
9	Тема 2.8. Планирование учебно-тренировочного процесса в циклах подготовки. Основные документы планирования.	-	-	6	18	24
10	Тема 2.9. Учебно-тренировочные занятия комплексной и избирательной направленности: содержание, последовательность решения задач.	-	30	4	14	48

Всего за 7 семестр:		4	30	20	54	108
<i>Четвёртый курс, восьмой семестр</i>						
Раздел 3. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ						
11	Тема 3.1. Соревновательная деятельность в спортивном ориентировании. Планирование и контроль. Правила соревнований	2	-	4	6	12
12	Тема 3.2. Моделирование и прогнозирование спортивной подготовки в спортивном ориентировании.	2	-	4	6	12
13	Тема 3.3. Современные технологии педагогического контроля за нагрузками и подготовленностью спортсменов.	-	10	6	6	22
14	Тема 3.4. Отбор и управление спортивной подготовкой.	-	-	8	6	14
15	Тема 3.5. Средства восстановления спортивной работоспособности.	-	-	4	6	10
Раздел 4. ПОДГОТОВКА КОМАНД В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ						
16	Тема 4.1. Структура многолетних циклов подготовки в спортивном ориентировании. Особенности спортивной подготовки в командах высокой квалификации.	-	6	4	6	16
17	Тема 4.2. Организация и проведение сборов.	-	-	4	4	8
18	Написание реферата по темам	-	-	-	14	14
Итого 8 семестр:		4	16	34	54	108
Всего		12	72	78	162	324

Рефераты	14							14
Составление документов планирования	60					20	20	20
Письменные самостоятельные работы	40					18	18	4
Изучение теоретического материала	30					10	10	10
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)	18					6	6	6
Подготовка к промежуточной аттестации								
В том числе:	часы	324				108	108	108
	зачетные единицы	9				3	3	3

*из 162 часов – 64 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№	Наименование тем и разделов тем	Лекции	Практические	Семинары, Методические занятия	Самостоятельная работа	Всего
1	2	3	4	5	6	7
Третий курс, шестой семестр						
Раздел 1. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ						
1	Тема 1.1. Научные основы спортивной тренировки в ИВС.	4	-	4	8	16
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
2	Тема 2.1. Современные методики и технологии физической подготовки в лыжном спорте и спортивном ориентировании.	-	4	4	10	18
3	Тема 2.2. Современные методики и технологии технической подготовки в лыжном спорте и спортивном ориентировании.	-	4	4	8	16
4	Тема 2.3. Координационная подготовка в лыжном спорте и спортивном ориентировании.	-	10	4	10	24
5	Тема 2.4. Современные методики и технологии тактической подготовки в лыжном спорте и спортивном ориентировании.	-	4	4	10	18

6	Тема 2.5. Интегральная подготовка в лыжном спорте и спортивном ориентировании.	-	4	4	8	16
Всего за 6 семестр		4	26	24	54	108
<i>Четвёртый курс, седьмой семестр</i>						
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ						
7	Тема 2.6. Направления совершенствования системы подготовки в лыжном спорте и спортивном ориентировании.	2	-	4	12	18
8	Тема 2.7. Периодизация системы спортивной подготовки. Содержание и особенности микро, мезо и макроструктуры подготовки в лыжном спорте и спортивном ориентировании.	2	-	6	10	18
9	Тема 2.8. Планирование учебно-тренировочного процесса в циклах подготовки. Основные документы планирования.	-	-	6	18	24
10	Тема 2.9. Учебно-тренировочные занятия комплексной и избирательной направленности: содержание, последовательность решения задач.	-	30	4	14	48
Всего за 7 семестр:		4	30	20	54	108
<i>Четвёртый курс, восьмой семестр</i>						
Раздел 3. УПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКОЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ						
11	Тема 3.1. Соревновательная деятельность в лыжном спорте и спортивном ориентировании. Планирование и контроль. Правила соревнований	2	-	4	6	12
12	Тема 3.2. Моделирование и прогнозирование спортивной подготовки в лыжном спорте и спортивном ориентировании.	2	-	4	6	12
13	Тема 3.3. Современные технологии педагогического контроля за нагрузками и подготовленностью спортсменов.	-	10	6	6	22
14	Тема 3.4. Отбор и управление спортивной подготовкой.	-	-	8	6	14
15	Тема 3.5. Средства восстановления спортивной работоспособности.	-	-	4	6	10
Раздел 4. ПОДГОТОВКА КОМАНД В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ						
16	Тема 4.1. Структура многолетних циклов подготовки в спортивном ориентировании. Особенности спортивной подготовки в командах	-	6	4	6	16

	высокой квалификации.					
17	Тема 4.2. Организация и проведение сборов.	-	-	4	4	8
18	Написание реферата по темам	-	-	-	14	14
Итого 8 семестр:		4	16	34	54	108
Всего		12	72	78	162	324

4.34.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (лёгкая атлетика)»

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК– 1 – Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК-3 Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях научно-методического обеспечения спортивной подготовки

ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
1	2	3
<p>ПК-1. Способен осуществлять планирование , учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами;</i> - <i>теорию вида спорта;</i> - <i>программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта;</i> - <i>порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>особенности построения процесса спортивной</i>

		<p>подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <ul style="list-style-type: none"> - система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах; - структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки; - технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях; - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося; - подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся; - использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки; - контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося; - выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов. <p>ПК - 1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих
--	--	--

		<p><i>работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимся разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирования структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;</i> - <i>сравнительного анализа результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях;</i> - <i>мониторинга выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>анализа показателей самоконтроля занимающихся;</i> - <i>анализа и разбора результатов выступлений занимающегося в спортивных соревнованиях, учета динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</i> - <i>подготовки рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся.</i>
<p><i>ПК-3</i> Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>методы и техники самоконтроля занимающегося;</i> - <i>планы научно-методических мероприятий;</i> - <i>основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки;</i> - <i>планы восстановительных мероприятий.</i> <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях научно-методического обеспечения спортивной подготовки;</i> - <i>давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;</i> - <i>использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося.</i> <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки; - организации участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области теории и методики вида спорта; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.
<p>ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<p><i>D/04.6</i> <i>Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося;</i></p>	<p>ПК - 4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации; - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса; - индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося; - показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося; - приемы и методы восстановления после физических нагрузок; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией. <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося; - производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании; - использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие

		<p>стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния, занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях; - выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося. <p>ПК- 4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определения общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям; - анализа эффективности выступления спортивной команды на спортивных соревнованиях, разработки предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной команды; - выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников; - анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «**Научно-методическое обеспечение спортивного резерва в избранном виде спорта**» (легкая атлетика)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсе при обучении на очной форме и на 4-5 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт и экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	162*						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
Лекции	20						8	8	4
Семинарские занятия	38						16	8	14
Практические занятия	104						30	38	36
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация							Зач.		Экз.
Самостоятельная работа обучающегося	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
Курсовая работа	60						20	20	20
Расчётно-графические работы									
Рефераты	6							6	
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала	60						20	20	20

Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	24							8	8	8
Подготовка к промежуточной аттестации	12							6		6
В том числе:	часы	324						108	108	108
	зачетные единицы	9						3	3	3

*из 162 часов – 158 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	42*								14	14	14
В том числе:											
Лекции	6							2	2	2	
Семинарские занятия	8							2	4	2	
Практические занятия	28							10	8	10	
Лабораторные работы											
Промежуточная аттестация								Зач.		Экз.	
Самостоятельная работа обучающегося	282							94	94	94	
В том числе:											
Курсовая работа	90							30	30	30	
Расчётно-графические работы											
Рефераты	10								10		
Письменные самостоятельные работы											
Изучение теоретического материала	132							44	44	44	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	30							10	10	10	
Подготовка к промежуточной аттестации	20							10		10	
В том числе:	часы	324						108	108	108	
	зачетные единицы	9						3	3	3	

*из 42 часов – 38 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
	3 курс						
1	Раздел 1. Научно-методическое обеспечение отбора, ориентации и контроля в системе подготовки спортивного резерва.						

	1.1. Спортивный отбор в системе многолетней подготовке юных спортсменов	2		2		4	8
	1.2. Особенности отбора и ранней ориентации детей в избранном виде спорта (легкая атлетика)		2	2		4	8
2	Раздел 2. Учебно-исследовательская работа обучающегося						
	Тема 2.1. Направления учебно-исследовательской работы в спорте на примере легкой атлетики	2	2	4		8	16
	Тема 2.1. Методы и методики, применяемые в учебно-исследовательской работе в спорте на примере легкой атлетики		2	2		4	8
3	Раздел 3. Структура содержания и планирование многолетней тренировки в избранном виде спорта (легкая атлетика).						
	3.1. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Методика построения микроциклов		2	2		4	8
	3.2. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Методика построения мезоциклов		2	6		8	16
	3.3. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) и технология их построения в избранном виде спорта (легкая атлетика)	2	4	8		14	28
	3.4 Структура, этапы многолетней подготовки, задачи, средства, методы.	2	2	4		8	16
	Итого за 3 курс	8	16	30		54	108
	4 курс						
4	Раздел 4. Научные подходы к организации различных видов спортивной подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).						
	4.1. Научные подходы к организации физической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).	2	2	8		12	24
	4.2. Научные подходы к организации технической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).	2	2	8		12	24
	4.3. Научные подходы к организации тактической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).	2	2	8		12	24
	4.4. Научные подходы к организации психологической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).		2	8		10	20
	4.5. Научные подходы к организации теоретической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).	2	2	8		12	24
5	Раздел 5. Основы управления и контроля в избранном виде спорта (легкая атлетика).						
	5.1. Управление в спортивной тренировке	2	2	4		8	16
	5.2. Контроль в спортивной тренировке		4	10		14	28
	Раздел 6. Научно-исследовательская работа в						

	избранном виде спорта (легкая атлетика)						
	Тема 6.1. Научно-исследовательская работа	2	2	4		8	16
	Тема 6.2. Методы научных исследований в спорте		2	6		8	16
	Тема 6.3. Анализ результатов научных исследований в спорте		2	10		12	24
Итого за 4 курс		12	22	74		108	216
ИТОГО (в часах)		20	38	104		162	324

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
	4 курс						
	Раздел 1. Научно-методическое обеспечение отбора, ориентации и контроля в системе подготовки спортивного резерва.						
1	1.1. Спортивный отбор в системе многолетней подготовке юных спортсменов	2				8	10
	1.2. Особенности отбора и ранней ориентации детей в избранном виде спорта (легкая атлетика)			2		6	8
	Раздел 2. Учебно-исследовательская работа обучающегося						
2	Тема 2.1. Направления учебно-исследовательской работы в спорте на примере легкой атлетики		2			6	8
	Тема 2.1. Методы и методики, применяемые в учебно-исследовательской работе в спорте на примере легкой атлетики			2		6	8
	Раздел 3. Структура содержания и планирование многолетней тренировки в избранном виде спорта (легкая атлетика).						
3	3.1. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Методика построения микроциклов					10	10
	3.2. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Методика построения мезоциклов			2		10	12
	3.3. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) и технология их построения в избранном виде спорта (легкая атлетика)			2		20	22
	3.4 Структура, этапы многолетней подготовки, задачи, средства, методы.			2		20	22
	Итого за 4 курс	2	2	10		94	108
	5 курс						
4	Раздел 4. Научные подходы к организации различных видов спортивной подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).						

4.1. Научные подходы к организации различных видов спортивной подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика)			2		22	24
4.2. Научные подходы к организации физической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).	2	2	2		22	28
4.3. Научные подходы к организации технической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).		2	2		22	26
4.4. Научные подходы к организации психологической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).			2		22	24
4.5. Научные подходы к организации теоретической подготовки в избранном виде спорта (легкая атлетика).			2		22	24

4.34.2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (гимнастика)»

Автор-разработчик: Семенов Денис Викторович, кандидат педагогических наук, доцент

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК– 1 – Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами; - теорию вида спорта; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта; - порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и

		<p><i>многолетних циклах;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>структуру годового цикла, индивидуального плана спортивной подготовки;</i> - <i>технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией</i> - <i>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта.</i> <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях;</i> - <i>планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося;</i> - <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;</i> - <i>использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки;</i> - <i>контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося;</i> - <i>выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов.</i> <p>ПК - 1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</i> - <i>составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки</i>
--	--	--

		<p>занимающихся, формирования структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;</p> <ul style="list-style-type: none"> - сравнительного анализа результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях; - мониторинга выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализа показателей самоконтроля занимающихся; - анализа и разбора результатов выступлений занимающегося в спортивных соревнованиях, учета динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях; - подготовки рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники самоконтроля занимающегося; - планы научно-методических мероприятий; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий. <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; - использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося. <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки; - организации участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области теории и методики вида спорта; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля,

<p>ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p><i>систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.</i></p> <p>ПК - 4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации;</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;</i> - <i>индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося;</i> - <i>показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося;</i> - <i>приемы и методы восстановления после физических нагрузок;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией.</i> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося;</i> - <i>производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании;</i> - <i>использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</i> - <i>вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния, занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;</i> - <i>выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося.</i> <p>ПК- 4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определения общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям;</i> - <i>анализа эффективности выступления спортивной команды на спортивных соревнованиях,</i>
---	---	---

		<p>разработки предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной команды;</p> <ul style="list-style-type: none">- выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников;- анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	20						8	6	6
<i>Семинарские занятия</i>	142						46	48	48
<i>Практические занятия</i>									
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>							зачет		экзамен
Самостоятельная работа обучающегося	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Проведение самостоятельных научных исследований</i>	60						14	20	26
<i>Составление документов планирования</i>	28						10	10	8
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	26						14	8	4
<i>Изучение теоретического материала</i>	30						10	10	10
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18						6	6	6
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
<i>В том числе:</i>	часы	324					108	108	108
	зачетные единицы	9					3	3	3

*из 162 часов – 40 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Методические занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
3 курс, 6 семестр						
1	РАЗДЕЛ 1. СТРУКТУРА И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ИВС					
	Тема 1.1. Структура управления подготовкой спортивных резервов в ИВС.	2	4	-	4	10
	Тема 1.2. Программно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в ИВС.		6	-	4	10
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.1. Основные направления научных исследований в ИВС.	2	2		2	6
	Тема 2.2. Организация и проведение исследований в ИВС.	2	12		14	28
2	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.1. Структура и содержание научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в ИВС.	2	4		2	8
	Тема 3.2. Научно-методические основы построения структуры и содержания макроциклов подготовки в ИВС.		6		10	16
	Тема 3.3. Научно-методические основы построения структуры и содержания мезо циклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.4. Научно-методические основы построения структуры и содержания микроциклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.5. Научно-методические основы оптимизации многолетней подготовки спортсменов в ИВС.		4		6	10
	всего	8	46		54	108
4 курс, 7 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.3. Анализ и обсуждение результатов научно-исследовательской деятельности.		12		20	32

3	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.6. Научно-методическое обеспечение подготовки в ИВС.	4	12		14	30
	Тема 3.7. Научно-методические основы подготовки спортсменов разного возраста и квалификации в ИВС.	2	18		10	30
	Тема 3.8. Информационные технологии и компьютерное обеспечение спортивной подготовки.		6		10	16
	всего	6	48		54	108
4 курс, 8 семестр						
4	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.4. Представление результатов научно-исследовательской деятельности.		20		20	40
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.9. Научно-методические основы спортивного отбора.		6	6	6	18
	Тема 3.10. Психолого-педагогические проблемы оптимизации процесса спортивной подготовки.	2	4		6	12
	Тема 3.11. Современные методики контроля и самоконтроля спортивной подготовки.	2	2	4	6	14
	Тема 3.12. Научно-методические основы применения средств восстановления спортивной работоспособности в ИВС.	2	4		10	16
	Тема 3.13. Научно-методические основы применения вне тренировочных средств спортивной подготовки в ИВС.		2		6	8
	всего	6	38	10	54	108
ИТОГО (в часах)		20	132	10	162	324

4.34.3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (единоборства)»

Авторы-разработчики: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

Васильков Игорь Евгеньевич, старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК– 1 – Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами; - теорию вида спорта; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта; - порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности, занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и

		<p><i>многолетних циклах;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>структуру годового цикла, индивидуального плана спортивной подготовки;</i> - <i>технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией</i> - <i>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта.</i> <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях;</i> - <i>планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося;</i> - <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;</i> - <i>использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки;</i> - <i>контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося;</i> - <i>выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов.</i> <p>ПК - 1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающих упражнений, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</i> - <i>составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки</i>
--	--	--

		<p>занимающихся, формирования структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;</p> <ul style="list-style-type: none"> - сравнительного анализа результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях; - мониторинга выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализа показателей самоконтроля занимающихся; - анализа и разбора результатов выступлений занимающегося в спортивных соревнованиях, учета динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях; - подготовки рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники самоконтроля занимающегося; - планы научно-методических мероприятий; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий. <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; - использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося. <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения занимающихся не допинговым методам повышения спортивной работоспособности; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки; - организации участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области теории и методики вида спорта; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля,

<p>ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p><i>систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.</i></p> <p>ПК - 4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации;</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;</i> - <i>индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося;</i> - <i>показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося;</i> - <i>приемы и методы восстановления после физических нагрузок;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией.</i> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося;</i> - <i>производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании;</i> - <i>использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</i> - <i>вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния, занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;</i> - <i>выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося.</i> <p>ПК- 4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определения общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям;</i> - <i>анализа эффективности выступления спортивной команды на спортивных соревнованиях,</i>
---	---	---

		<p>разработки предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной команды;</p> <ul style="list-style-type: none">- выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников;- анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме и на 4-5 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	20						8	6	6
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	142						46	48	48
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>							зачёт		Экзамен
Самостоятельная работа обучающегося	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Проведение самостоятельных научных исследований</i>	60						14	20	26
<i>Составление документов планирования</i>	28						10	10	8
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	26						14	8	4
<i>Изучение теоретического материала</i>	30						10	10	10
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18						6	6	6
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
В том числе:	часы	324					108	108	108
	зачетные единицы	9					3	3	3

*из 162 часов – 40 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения
На заочном – 8, 9, 10 семестр

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>									
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	42							14	14	14	
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	6							2	2	2	
<i>Семинарские занятия</i>											
<i>Практические занятия</i>	36							12	12	12	
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>									<i>зачёт</i>		<i>Экзамен</i>
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	282							94	94	94	
<i>В том числе:</i>											
<i>Проведение самостоятельных научных исследований</i>	74							14	30	30	
<i>Составление документов планирования</i>	30							10	10	10	
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	54							18	18	18	
<i>Изучение теоретического материала</i>	106							46	30	30	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18							6	6	6	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>											
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	324						108	108	108	
	<i>зачетные единицы</i>	9						3	3	3	

* из 42 часов – 12 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

4.1. Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Методические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
3 курс, 6 семестр						
1	РАЗДЕЛ 1. СТРУКТУРА И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ИВС					
	Тема 1.1. Структура управления подготовкой спортивных резервов в ИВС.	2	4	-	4	10
	Тема 1.2. Программно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в ИВС.		6	-	4	10
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.1. Основные направления научных исследований в ИВС.	2	2	-	2	6
	Тема 2.2. Организация и проведение исследований в ИВС.	2	12	-	14	28
2	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.1. Структура и содержание научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в ИВС.	2	4	-	2	8
	Тема 3.2. Научно-методические основы построения структуры и содержания макроциклов подготовки в ИВС.	-	6	-	10	16
	Тема 3.3. Научно-методические основы построения структуры и содержания мезо циклов подготовки в ИВС.	-	4	-	6	10
	Тема 3.4. Научно-методические основы построения структуры и содержания микроциклов подготовки в ИВС.	-	4	-	6	10
	Тема 3.5. Научно-методические основы оптимизации многолетней подготовки спортсменов в ИВС.	-	4	-	6	10
	всего	8	46	-	54	108
4 курс, 7 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.3. Анализ и обсуждение результатов научно-исследовательской деятельности.	-	12	-	20	32
3	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.6. Научно-методическое обеспечение подготовки в ИВС.	4	12	-	14	30

	Тема 3.7. Научно-методические основы подготовки спортсменов разного возраста и квалификации в ИВС.	2	18	-	10	30
	Тема 3.8. Информационные технологии и компьютерное обеспечение спортивной подготовки.	-	6	-	10	16
	всего	6	48	-	54	108
4 курс, 8 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.4. Представление результатов научно-исследовательской деятельности.	-	20	-	20	40
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
4	Тема 3.9. Научно-методические основы спортивного отбора.		12		6	18
	Тема 3.10. Психолого-педагогические проблемы оптимизации процесса спортивной подготовки.	2	4		6	12
	Тема 3.11. Современные методики контроля и самоконтроля спортивной подготовки.	2	6		6	14
	Тема 3.12. Научно-методические основы применения средств восстановления спортивной работоспособности в ИВС.	2	4		10	16
	Тема 3.13. Научно-методические основы применения вне тренировочных средств спортивной подготовки в ИВС.		2		6	8
	всего	6	48		54	108
	ИТОГО (в часах)	20	142		162	324

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Методические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
4 курс, 8 семестр						
	РАЗДЕЛ 1. СТРУКТУРА И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ИВС					
1	Тема 1.1. Структура управления подготовкой спортивных резервов в ИВС.	1	1		10	12
	Тема 1.2. Программно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в ИВС.		1		10	11
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					

	Тема 2.1. Основные направления научных исследований в ИВС.		1		10	11
	Тема 2.2. Организация и проведение исследований в ИВС.		1		14	15
2	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.1. Структура и содержание научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в ИВС.	1	1	-	10	12
	Тема 3.2. Научно-методические основы построения структуры и содержания макроциклов подготовки в ИВС.		2		10	12
	Тема 3.3. Научно-методические основы построения структуры и содержания мезо циклов подготовки в ИВС.		2		10	12
	Тема 3.4. Научно-методические основы построения структуры и содержания микроциклов подготовки в ИВС.		1		10	11
	Тема 3.5. Научно-методические основы оптимизации многолетней подготовки спортсменов в ИВС.		2		10	12
	всего	2	12		94	108
5 курс, 9 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.3. Анализ и обсуждение результатов научно-исследовательской деятельности.		2		30	32
3	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.6. Научно-методическое обеспечение подготовки в ИВС.		6		24	30
	Тема 3.7. Научно-методические основы подготовки спортсменов разного возраста и квалификации в ИВС.	2	2		20	24
	Тема 3.8. Информационные технологии и компьютерное обеспечение спортивной подготовки.		2		20	22
	всего	2	12		94	108
5 курс, 10 семестр						
4	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.4. Представление результатов научно-исследовательской деятельности.		2		30	32
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.9. Научно-методические основы спортивного отбора.		2		14	16
	Тема 3.10. Психолого-педагогические проблемы		2		12	14

	оптимизации процесса спортивной подготовки.					
	Тема 3.11. Современные методики контроля и самоконтроля спортивной подготовки.	2	2		12	16
	Тема 3.12. Научно-методические основы применения средств восстановления спортивной работоспособности в ИВС.		2		14	16
	Тема 3.13. Научно-методические основы применения вне тренировочных средств спортивной подготовки в ИВС.		2		12	14
	всего	2	12		94	108
ИТОГО (в часах)		6	36		282	324

4.34.4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (спортивные игры)»

Автор-разработчик: Таран Ирина Ивановна, кандидат психологических наук, доцент

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК– 1 – Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами; - теорию вида спорта; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта; - порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и

		<p><i>многолетних циклах;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>структуру годового цикла, индивидуального плана спортивной подготовки;</i> - <i>технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией</i> - <i>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта.</i> <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях;</i> - <i>планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося;</i> - <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;</i> - <i>использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки;</i> - <i>контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося;</i> - <i>выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов.</i> <p>ПК - 1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</i> - <i>составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки</i>
--	--	--

		<p>занимающихся, формирования структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;</p> <ul style="list-style-type: none"> - сравнительного анализа результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях; - мониторинга выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализа показателей самоконтроля занимающихся; - анализа и разбора результатов выступлений занимающегося в спортивных соревнованиях, учета динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях; - подготовки рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники самоконтроля занимающегося; - планы научно-методических мероприятий; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий. <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; - использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося. <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки; - организации участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области теории и методики вида спорта; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля,

<p>ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p><i>систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.</i></p> <p>ПК - 4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации;</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;</i> - <i>индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося;</i> - <i>показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося;</i> - <i>приемы и методы восстановления после физических нагрузок;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией.</i> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося;</i> - <i>производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании;</i> - <i>использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</i> - <i>вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния, занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;</i> - <i>выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося.</i> <p>ПК- 4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определения общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям;</i> - <i>анализа эффективности выступления спортивной команды на спортивных соревнованиях,</i>
---	---	---

		<p>разработки предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной команды;</p> <ul style="list-style-type: none">- выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников;- анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме и на 4-5 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	20						8	6	6
<i>Семинарские занятия</i>	142						46	48	48
<i>Практические занятия</i>									
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>									
Самостоятельная работа обучающегося	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Проведение самостоятельных научных исследований</i>	60						14	20	26
<i>Составление документов планирования</i>	28						10	10	8
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	26						14	8	4
<i>Изучение теоретического материала</i>	30						10	10	10
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18						6	6	6
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
<i>В том числе:</i>	часы	324					108	108	108
	зачетные единицы	9					3	3	3

*из 162 часов – 40 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	42							14	14	14	
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	6							2	2	2	
<i>Семинарские занятия</i>	36							12	12	12	
<i>Практические занятия</i>											
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>											
Самостоятельная работа обучающегося	282							94	94	94	
<i>В том числе:</i>											
<i>Проведение самостоятельных научных исследований</i>	74							14	30	30	
<i>Составление документов планирования</i>	30							10	10	10	
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	54							18	18	18	
<i>Изучение теоретического материала</i>	106							46	30	30	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18							6	6	6	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>											
Общая трудоемкость	часы	324						108	108	108	
	зачетные единицы	9						3	3	3	

* из 42 часов – 12 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ**Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий**

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Методические занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
3 курс, 6 семестр						
1	РАЗДЕЛ 1. СТРУКТУРА И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ИВС					
	Тема 1.1. Структура управления подготовкой спортивных резервов в ИВС.	2	4	-	4	10
	Тема 1.2. Программно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в ИВС.		6	-	4	10
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.1. Основные направления научных исследований в ИВС.	2	2		2	6
	Тема 2.2. Организация и проведение исследований в ИВС.	2	12		14	28
2	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.1. Структура и содержание научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в ИВС.	2	4		2	8
	Тема 3.2. Научно-методические основы построения структуры и содержания макроциклов подготовки в ИВС.		6		10	16
	Тема 3.3. Научно-методические основы построения структуры и содержания мезо циклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.4. Научно-методические основы построения структуры и содержания микроциклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.5. Научно-методические основы оптимизации многолетней подготовки спортсменов в ИВС.		4		6	10
	всего	8	46		54	108
4 курс, 7 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.3. Анализ и обсуждение результатов научно-исследовательской деятельности.		12		20	32
3	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.6. Научно-методическое обеспечение подготовки в ИВС.	4	12		14	30

	Тема 3.7. Научно-методические основы подготовки спортсменов разного возраста и квалификации в ИВС.	2	18		10	30
	Тема 3.8. Информационные технологии и компьютерное обеспечение спортивной подготовки.		6		10	16
	всего	6	48		54	108
4 курс, 8 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.4. Представление результатов научно-исследовательской деятельности.		20		20	40
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
4	Тема 3.9. Научно-методические основы спортивного отбора.		6	6	6	18
	Тема 3.10. Психолого-педагогические проблемы оптимизации процесса спортивной подготовки.	2	4		6	12
	Тема 3.11. Современные методики контроля и самоконтроля спортивной подготовки.	2	2	4	6	14
	Тема 3.12. Научно-методические основы применения средств восстановления спортивной работоспособности в ИВС.	2	4		10	16
	Тема 3.13. Научно-методические основы применения вне тренировочных средств спортивной подготовки в ИВС.		2		6	8
	всего	6	38	10	54	108
ИТОГО (в часах)		20	132	10	162	324

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Методические занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
4 курс, 8 семестр						
	РАЗДЕЛ 1. СТРУКТУРА И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ИВС					
1	Тема 1.1. Структура управления подготовкой спортивных резервов в ИВС.	1	1		10	12
	Тема 1.2. Программно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в ИВС.		1		10	11
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					

	Тема 2.1. Основные направления научных исследований в ИВС.		1		10	11
	Тема 2.2. Организация и проведение исследований в ИВС.		1		14	15
2	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.1. Структура и содержание научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в ИВС.	1	1	-	10	12
	Тема 3.2. Научно-методические основы построения структуры и содержания макроциклов подготовки в ИВС.		2		10	12
	Тема 3.3. Научно-методические основы построения структуры и содержания мезо циклов подготовки в ИВС.		2		10	12
	Тема 3.4. Научно-методические основы построения структуры и содержания микроциклов подготовки в ИВС.		1		10	11
	Тема 3.5. Научно-методические основы оптимизации многолетней подготовки спортсменов в ИВС.		2		10	12
	всего	2	12		94	108
5 курс, 9 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.3. Анализ и обсуждение результатов научно-исследовательской деятельности.		2		30	32
3	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.6. Научно-методическое обеспечение подготовки в ИВС.		6		24	30
	Тема 3.7. Научно-методические основы подготовки спортсменов разного возраста и квалификации в ИВС.	2	2		20	24
	Тема 3.8. Информационные технологии и компьютерное обеспечение спортивной подготовки.		2		20	22
	всего	2	12		94	108
5 курс, 10 семестр						
4	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.4. Представление результатов научно-исследовательской деятельности.		2		30	32
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.9. Научно-методические основы спортивного отбора.		2		14	16
	Тема 3.10. Психолого-педагогические проблемы		2		12	14

	оптимизации процесса спортивной подготовки.					
	Тема 3.11. Современные методики контроля и самоконтроля спортивной подготовки.	2	2		12	16
	Тема 3.12. Научно-методические основы применения средств восстановления спортивной работоспособности в ИВС.		2		14	16
	Тема 3.13. Научно-методические основы применения вне тренировочных средств спортивной подготовки в ИВС.		2		12	14
	всего	2	12		94	108
ИТОГО (в часах)		6	36		282	324

4.34.5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (лыжный спорт)»

Авторы-разработчики: Багин Николай Анатольевич, профессор, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики лыжного спорта

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики лыжного спорта

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК– 1 – Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

ПК-4 -Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами; - теорию вида спорта; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта; - порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке; - специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и

		<p><i>многолетних циклах;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>структуру годовичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки;</i> - <i>технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией</i> - <i>Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта.</i> <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях;</i> - <i>планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося;</i> - <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;</i> - <i>использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки;</i> - <i>контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося;</i> - <i>выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов.</i> <p>ПК - 1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</i> - <i>составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки</i>
--	--	---

		<p>занимающихся, формирования структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;</p> <ul style="list-style-type: none"> - сравнительного анализа результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях; - мониторинга выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализа показателей самоконтроля занимающихся; - анализа и разбора результатов выступлений занимающегося в спортивных соревнованиях, учета динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях; - подготовки рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники самоконтроля занимающегося; - планы научно-методических мероприятий; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий. <p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; - использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося. <p>ПК – 3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки; - организации участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области теории и методики вида спорта; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля,

<p>ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p><i>систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.</i></p> <p>ПК - 4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации;</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;</i> - <i>индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося;</i> - <i>показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося;</i> - <i>приемы и методы восстановления после физических нагрузок;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией.</i> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося;</i> - <i>производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании;</i> - <i>использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</i> - <i>вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния, занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;</i> - <i>выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося.</i> <p>ПК- 4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определения общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям;</i> - <i>анализа эффективности выступления спортивной команды на спортивных соревнованиях,</i>
---	---	--

		<p><i>разработки предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной команды;</i></p> <ul style="list-style-type: none"><i>- выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников;</i><i>- анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной.</i>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме и на 4-5 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	20						8	6	6
<i>Семинарские занятия</i>	142						46	48	48
<i>Практические занятия</i>									
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>							Зач.		экзамен
Самостоятельная работа обучающегося	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Проведение самостоятельных научных исследований</i>	60						14	20	26
<i>Составление документов планирования</i>	28						10	10	8
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	26						14	8	4
<i>Изучение теоретического материала</i>	30						10	10	10
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18						6	6	6
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
<i>В том числе:</i>	часы	324					108	108	108
	зачетные единицы	9					3	3	3

*из 162 часов – 40 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	42								14	14	14
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	6								2	2	2
<i>Семинарские занятия</i>	36								12	12	12
<i>Практические занятия</i>											
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>									Зач.		эк за ме н
Самостоятельная работа обучающегося	282								94	94	94
<i>В том числе:</i>											
<i>Проведение самостоятельных научных исследований</i>	74								30	30	30
<i>Составление документов планирования</i>	30								10	10	10
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	54								18	18	18
<i>Изучение теоретического материала</i>	106								30	30	30
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18								6	6	6
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>											
Общая трудоемкость	часы	324							108	108	108
	зачетные единицы	9							3	3	3

* из 42 часов – 12 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Методические занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
3 курс, 6 семестр						
1	РАЗДЕЛ 1. СТРУКТУРА И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ИВС					
	Тема 1.1. Структура управления подготовкой спортивных резервов в ИВС.	2	4	-	4	10
	Тема 1.2. Программно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в ИВС.		6	-	4	10
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.1. Основные направления научных исследований в ИВС.	2	2		2	6
	Тема 2.2. Организация и проведение исследований в ИВС.	2	12		14	28
2	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.1. Структура и содержание научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в ИВС.	2	4		2	8
	Тема 3.2. Научно-методические основы построения структуры и содержания макроциклов подготовки в ИВС.		6		10	16
	Тема 3.3. Научно-методические основы построения структуры и содержания мезо циклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.4. Научно-методические основы построения структуры и содержания микроциклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.5. Научно-методические основы оптимизации многолетней подготовки спортсменов в ИВС.		4		6	10
	всего	8	46		54	108
4 курс, 7 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.3. Анализ и обсуждение результатов научно-исследовательской деятельности.		12		20	32
3	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					

Тема 3.6. Научно-методическое обеспечение подготовки в ИВС.	4	12		14	30
Тема 3.7. Научно-методические основы подготовки спортсменов разного возраста и квалификации в ИВС.	2	18		10	30
Тема 3.8. Информационные технологии и компьютерное обеспечение спортивной подготовки.		6		10	16
всего	6	48		54	108

4 курс, 8 семестр

4	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.4. Представление результатов научно-исследовательской деятельности.		20		20	40
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.9. Научно-методические основы спортивного отбора.		6	6	6	18
	Тема 3.10. Психолого-педагогические проблемы оптимизации процесса спортивной подготовки.	2	4		6	12
	Тема 3.11. Современные методики контроля и самоконтроля спортивной подготовки.	2	2	4	6	14
	Тема 3.12. Научно-методические основы применения средств восстановления спортивной работоспособности в ИВС.	2	4		10	16
	Тема 3.13. Научно-методические основы применения вне тренировочных средств спортивной подготовки в ИВС.		2		6	8
всего	6	38	10	54	108	
ИТОГО (в часах)		20	132	10	162	324

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Методические занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
4 курс, 8 семестр						
1	РАЗДЕЛ 1. СТРУКТУРА И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ИВС					
	Тема 1.1. Структура управления подготовкой спортивных резервов в ИВС.	1	1		10	12
	Тема 1.2. Программно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в ИВС.		1		10	11

	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.1. Основные направления научных исследований в ИВС.		1		10	11
	Тема 2.2. Организация и проведение исследований в ИВС.		1		14	15
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
2	Тема 3.1. Структура и содержание научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в ИВС.	1	1	-	10	12
	Тема 3.2. Научно-методические основы построения структуры и содержания макроциклов подготовки в ИВС.		2		10	12
	Тема 3.3. Научно-методические основы построения структуры и содержания мезо циклов подготовки в ИВС.		2		10	12
	Тема 3.4. Научно-методические основы построения структуры и содержания микроциклов подготовки в ИВС.		1		10	11
	Тема 3.5. Научно-методические основы оптимизации многолетней подготовки спортсменов в ИВС.		2		10	12
	всего	2	12		94	108
5 курс, 9 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.3. Анализ и обсуждение результатов научно-исследовательской деятельности.		2		30	32
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
3	Тема 3.6. Научно-методическое обеспечение подготовки в ИВС.		6		24	30
	Тема 3.7. Научно-методические основы подготовки спортсменов разного возраста и квалификации в ИВС.	2	2		20	24
	Тема 3.8. Информационные технологии и компьютерное обеспечение спортивной подготовки.		2		20	22
	всего	2	12		94	108
5 курс, 10 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
4	Тема 2.4. Представление результатов научно-исследовательской деятельности.		2		30	32
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.9. Научно-методические основы		2		14	16

	спортивного отбора.					
	Тема 3.10. Психолого-педагогические проблемы оптимизации процесса спортивной подготовки.		2		12	14
	Тема 3.11. Современные методики контроля и самоконтроля спортивной подготовки.	2	2		12	16
	Тема 3.12. Научно-методические основы применения средств восстановления спортивной работоспособности в ИВС.		2		14	16
	Тема 3.13. Научно-методические основы применения вне тренировочных средств спортивной подготовки в ИВС.		2		12	14
	всего	2	12		94	108
ИТОГО (в часах)		6	36		282	324

4.34.6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (спортивное ориентирование)»

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук.

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК– 1 – Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ПК – 1.1. Знает</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами;</i> - <i>теорию вида спорта;</i> - <i>программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на разных этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта;</i> - <i>порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i>

		<ul style="list-style-type: none">- особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группеспортивных дисциплин);- система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин);- содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке;- специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах;- структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки;- технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки;- требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ПК - 1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях;- планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося;- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;- использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;- анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;- оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки;- контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося;- выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных
--	--	--

		<p>результатов.</p> <p>ПК - 1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий; - составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимся разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; - подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирования структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства; - сравнительного анализа результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях; - мониторинга выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся; - анализа показателей самоконтроля занимающихся; - анализа и разбора результатов выступлений занимающегося в спортивных соревнованиях, учета динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях; - подготовки рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся.
<p>ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и</p>	<p>ПК – 3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы и техники самоконтроля занимающегося; - планы научно-методических мероприятий; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - планы восстановительных мероприятий.

<p>медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>ПК – 3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - давать обоснованные рекомендации по соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; - использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося. <p>ПК – 3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки; - организации участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области теории и методике вида спорта; - анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки.
<p>ПК-4 - Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>ПК - 4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации; - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;

		<p>- индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося;</p> <p>- показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося;</p> <p>- приемы и методы восстановления после физических нагрузок;</p> <p>- требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией.</p> <p><i>ПК-4.2. Умеет:</i></p> <p>- определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося;</p> <p>- производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании;</p> <p>- использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</p> <p>- вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния, занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;</p> <p>- выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося.</p> <p><i>ПК- 4.3. Имеет опыт:</i></p> <p>- определения общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям;</p> <p>- анализа эффективности выступления спортивной команды на спортивных соревнованиях, разработки предложений по предупреждению негативных сценариев соревновательной деятельности спортивной команды;</p> <p>- выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников;</p> <p>- анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной.</p>
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	20						8	6	6
<i>Семинарские занятия</i>	142						46	48	48
<i>Практические занятия</i>									
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>									
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	162						54	54	54
<i>В том числе:</i>									
<i>Проведение самостоятельных научных исследований</i>	60						14	20	26
<i>Составление документов планирования</i>	28						10	10	8
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	26						14	8	4
<i>Изучение теоретического материала</i>	30						10	10	10
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)</i>	18						6	6	6
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	324					108	108	108
	<i>зачетные единицы</i>	9					3	3	3

*из 162 часов – 40 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Методические занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
3 курс, 6 семестр						
1	РАЗДЕЛ 1. СТРУКТУРА И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ИВС					
	Тема 1.1. Структура управления подготовкой спортивных резервов в ИВС.	2	4	-	4	10
	Тема 1.2. Программно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в ИВС.		6	-	4	10
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.1. Основные направления научных исследований в ИВС.	2	2		2	6
	Тема 2.2. Организация и проведение исследований в ИВС.	2	12		14	28
2	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.1. Структура и содержание научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в ИВС.	2	4		2	8
	Тема 3.2. Научно-методические основы построения структуры и содержания макроциклов подготовки в ИВС.		6		10	16
	Тема 3.3. Научно-методические основы построения структуры и содержания мезо циклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.4. Научно-методические основы построения структуры и содержания микроциклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.5. Научно-методические основы оптимизации многолетней подготовки спортсменов в ИВС.		4		6	10
	всего	8	46		54	108
4 курс, 7 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.3. Анализ и обсуждение результатов научно-исследовательской деятельности.		12		20	32

3	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.6. Научно-методическое обеспечение подготовки в ИВС.	4	12		14	30
	Тема 3.7. Научно-методические основы подготовки спортсменов разного возраста и квалификации в ИВС.	2	18		10	30
	Тема 3.8. Информационные технологии и компьютерное обеспечение спортивной подготовки.		6		10	16
	всего	6	48		54	108
4 курс, 8 семестр						
4	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.4. Представление результатов научно-исследовательской деятельности.		20		20	40
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.9. Научно-методические основы спортивного отбора.		6	6	6	18
	Тема 3.10. Психолого-педагогические проблемы оптимизации процесса спортивной подготовки.	2	4		6	12
	Тема 3.11. Современные методики контроля и самоконтроля спортивной подготовки.	2	2	4	6	14
	Тема 3.12. Научно-методические основы применения средств восстановления спортивной работоспособности в ИВС.	2	4		10	16
	Тема 3.13. Научно-методические основы применения вне тренировочных средств спортивной подготовки в ИВС.		2		6	8
	всего	6	38	10	54	108
ИТОГО (в часах)		20	132	10	162	324

4.34.7. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта (лыжный спорт и спортивное ориентирование)»

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК– 1 – Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК - 3 - Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

ПК-4 -Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсах при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт/экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>162</i>						<i>54</i>	<i>54</i>	<i>54</i>
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>20</i>						<i>8</i>	<i>6</i>	<i>6</i>
<i>Семинарские занятия</i>	<i>142</i>						<i>46</i>	<i>48</i>	<i>48</i>
<i>Практические занятия</i>									
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>									
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	<i>162</i>						<i>54</i>	<i>54</i>	<i>54</i>
<i>В том числе:</i>									
<i>Проведение самостоятельных научных исследований</i>	<i>60</i>						<i>14</i>	<i>20</i>	<i>26</i>

Составление документов планирования		28					10	10	8
Письменные самостоятельные работы		26					14	8	4
Изучение теоретического материала		30					10	10	10
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы, тестирования, учебная практика)		18					6	6	6
Подготовка к промежуточной аттестации									
В том числе:	часы	324					108	108	108
	зачетные единицы	9					3	3	3

*из 162 часов – 40 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Методические занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
3 курс, 6 семестр						
1	РАЗДЕЛ 1. СТРУКТУРА И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ В ИВС					
	Тема 1.1. Структура управления подготовкой спортивных резервов в ИВС.	2	4	-	4	10
	Тема 1.2. Программно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва в ИВС.		6	-	4	10
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.1. Основные направления научных исследований в ИВС.	2	2		2	6
	Тема 2.2. Организация и проведение исследований в ИВС.	2	12		14	28
2	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
	Тема 3.1. Структура и содержание научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в ИВС.	2	4		2	8
	Тема 3.2. Научно-методические основы		6		10	16

	построения структуры и содержания макроциклов подготовки в ИВС.					
	Тема 3.3. Научно-методические основы построения структуры и содержания мезо циклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.4. Научно-методические основы построения структуры и содержания микроциклов подготовки в ИВС.		4		6	10
	Тема 3.5. Научно-методические основы оптимизации многолетней подготовки спортсменов в ИВС.		4		6	10
	всего	8	46		54	108
4 курс, 7 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.3. Анализ и обсуждение результатов научно-исследовательской деятельности.		12		20	32
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
3	Тема 3.6. Научно-методическое обеспечение подготовки в ИВС.	4	12		14	30
	Тема 3.7. Научно-методические основы подготовки спортсменов разного возраста и квалификации в ИВС.	2	18		10	30
	Тема 3.8. Информационные технологии и компьютерное обеспечение спортивной подготовки.		6		10	16
	всего	6	48		54	108
4 курс, 8 семестр						
	РАЗДЕЛ 2. НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИВС					
	Тема 2.4. Представление результатов научно-исследовательской деятельности.		20		20	40
	РАЗДЕЛ 3. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ В ИВС					
4	Тема 3.9. Научно-методические основы спортивного отбора.		6	6	6	18
	Тема 3.10. Психолого-педагогические проблемы оптимизации процесса спортивной подготовки.	2	4		6	12
	Тема 3.11. Современные методики контроля и самоконтроля спортивной подготовки.	2	2	4	6	14
	Тема 3.12. Научно-методические основы применения средств восстановления спортивной работоспособности в ИВС.	2	4		10	16
	Тема 3.13. Научно-методические основы применения вне тренировочных средств спортивной подготовки в ИВС.		2		6	8
	всего	6	38	10	54	108

ИТОГО (в часах)	20	132	10	162	324
------------------------	-----------	------------	-----------	------------	------------

4.35.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (легкая атлетика)»

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, к.п.н., доцент теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4- Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>ПК-4.1 Знает: <i>Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации</i> <i>Антидопинговые правила</i> <i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Адаптация и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках</i> <i>Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований</i> <i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса</i> <i>Индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося</i> <i>Положения хартии международной олимпийской</i></p>

		<p>организации</p> <p><i>Особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров)</i></p> <p><i>Показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося</i></p> <p><i>Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Правила вида спорта</i></p> <p><i>Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</i></p> <p><i>Приемы и методы восстановления после физических нагрузок</i></p> <p><i>Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Структура индивидуального календаря спортивных соревнований</i></p> <p><i>Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией</i></p> <p><i>Этические нормы в области спорта</i></p> <p>ПК-4 2 Умеет:</p> <p><i>Определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося</i></p> <p><i>Производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании</i></p> <p><i>Формировать структуру действий занимающегося в зависимости от фазы соревновательной деятельности</i></p> <p><i>Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях</i></p> <p><i>Мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин</i></p> <p><i>Использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему</i></p>
--	--	--

		<p><i>соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия</i></p> <p><i>Оценивать и координировать навыки планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности занимающегося</i></p> <p><i>Вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях</i></p> <p><i>Координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт</i></p> <p><i>Применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям</i></p> <p><i>Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры</i></p> <p><i>Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</i></p> <p><i>Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося</i></p> <p>ПК-4.3 Имеет опыт:</p> <p><i>Моделирование соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности</i></p> <p><i>Проектирование системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности занимающегося (предстартовая, собственно соревнование, фаза последействия) и действий занимающегося</i></p> <p><i>Определение общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям</i></p> <p><i>Выбор тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников</i></p> <p><i>Формирование мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, психолого-методическая поддержка занимающегося в период соревнований</i></p> <p><i>Анализ и разбор с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучение кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том</i></p>
--	--	--

		<p>числе иностранной</p> <p>Контроль прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-контроля</p> <p>Контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур</p>
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта» (легкая атлетика) относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3-4 курсе при обучении на очной форме и на 4-5 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	144*						54	54	36
В том числе:									
Лекции	14						6	6	2
Семинарские занятия	16						8	4	4
Практические занятия	114						40	44	30
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация (зачет)									
Самостоятельная работа обучающегося	144						54	54	36
В том числе:									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты									
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала	112						42	42	28
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	16						6	6	4
Подготовка к промежуточной аттестации	16						6	6	4
Общая трудоемкость	часы	288					108	108	72
	зачетные единицы	8					3	3	2

*из 144 часов – 144 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36*								8	10	18
В том числе:											
Лекции											
Семинарские занятия	6							2	2	2	
Практические занятия	30							6	8	16	

1.7	Судейство соревнований по прыжкам.		2	6		8	16
1.8	Судейство соревнований по метаниям		2	6		8	16
1.9	Судейство соревнований по многоборьям		2	6		8	16
1.10	Подведение итогов соревнований.		2	6		8	16
	Раздел 2. Организация соревнований						
2.6	Требования к оформлению спортивных разрядов, званий, рекордов	2	2	4		8	16
2.7	Представители и капитаны команд		2	2		4	8
2.8	Спортивный судья		2	6		8	16
	Раздел 3. Места проведения соревнований по легкой атлетике.						
3.1	Стадионы, легкоатлетические манежи, специализированные залы.	2	2	4		8	16
3.2	Инвентарь и оборудование для соревнований по легкой атлетике.	2		4		6	12
3.3	Судейская аппаратура			2		2	4
	Итого за 4 курс	8	22	60		90	180
	ИТОГО (в часах)	14	30	100		144	288

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
	4 курс						
	Раздел 1. Судейство соревнований						
1.1	Подготовка и проведение соревнований на стадионе и в закрытых помещениях.		2			14	16
1.2	Судейская коллегия конкретного соревнования.			2		18	20
1.3	Обязанности судей и инструктаж.					20	20
	Раздел 2. Организация соревнований.						
2.1	Организации, проводящие соревнования.			2		10	12
2.2.	Положение о соревнованиях. Смета соревнований					8	8
2.3	Виды, характер и уровни спортивных соревнований по легкой атлетике.					4	4
2.4	Допуск участника, заявки			2		10	12
2.5	Места соревнований по прыжкам и метаниям.					16	16
	Итого за 4 курс		2	6		100	108
	5 курс						
	Раздел 1. Судейство соревнований						
1.4	Технический делегат. Апелляционное жюри.			2		6	8

1.5	Работа секретариата		2	2		14	18
1.6	Судейство соревнований по бегу.			2		14	16
1.7	Судейство соревнований по прыжкам.			2		14	16
1.8	Судейство соревнований по метаниям			2		14	16
1.9	Судейство соревнований по многоборьям			2		14	16
1.10	Подведение итогов соревнований.			2		14	16
	Раздел 2. Организация соревнований						
2.6	Требования к оформлению спортивных разрядов, званий, рекордов		2			14	16
2.7	Представители и капитаны команд			2		6	8
2.8	Спортивный судья			2		14	16
	Раздел 3. Места проведения соревнований по легкой атлетике.						
3.1	Стадионы, легкоатлетические манежи, специализированные залы.			2		16	18
3.2	Инвентарь и оборудование для соревнований по легкой атлетике.			2		10	12
3.3	Судейская аппаратура			2		2	4
	Итого за 5 курс		4	24		152	180
	ИТОГО (в часах)		6	30		252	288

4.35.2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (гимнастика)»

Автор-разработчик: Семенов Денис Викторович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов	05.003 D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	ПК-4. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - Требования к спортивному инвентарю и оборудованию, месту и санитарно-гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия; - Назначение и правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; - Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий по спортивной гимнастике; - Нормы обеспечения экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, требования к ним при организации тренировочных занятий по спортивной гимнастике; - Материально-техническое обеспечение спортивной сборной команды по спортивной гимнастике;

		<ul style="list-style-type: none">- Тренажеры и оборудование, используемое в тренировочном процессе спортивной сборной команды;- Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности по спортивной гимнастике, достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации;- Антидопинговые правила;- Национальный план борьбы с допингом в спорте;- Основы российского и международного антидопингового законодательства, методы противодействия допингу;- Основные виды нарушений антидопинговых правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски;- Методы организации допинг-контроля, права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля;- Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;- Положения хартии международной олимпийской организации;- Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований,
--	--	--

		<p><i>международных соревнований по спортивной гимнастике;</i></p> <ul style="list-style-type: none">- <i>Правила вида спорта (спортивная гимнастика);</i>- <i>Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по спортивной гимнастике;</i>- <i>Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по спортивной гимнастике в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i>- <i>Этические нормы в области спорта;</i>- <i>Командные тактические системы, схемы и варианты выступления спортивной команды на спортивном соревновании и методы их оперативной корректировки;</i>- <i>Целевые показатели результативности выступления спортивной команды на спортивном соревновании;</i>- <i>Принципы и методы организации психолого-методической поддержки спортсменов спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;</i>- <i>Локальные нормативные акты спортивной федерации, профессиональной спортивной лиги, профессионального спортивного клуба по виду спорта в части</i>
--	--	---

		<p><i>регулирования подготовки спортивной команды к спортивным соревнованиям;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Критерии эффективности работы тренеров по подготовке спортсменов спортивной команды к спортивным соревнованиям, по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;</i> - <i>Методы организации апелляционных процедур;</i> - <i>Актуальный уровень рекордных результатов соревновательной деятельности спортивных команд по виду спорта «спортивная гимнастика»</i>
		<p>ПК-4. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в тренировочных занятиях по спортивной гимнастике;</i> - <i>Предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий;</i> - <i>Выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</i> - <i>Разъяснять техники безопасного выполнения упражнений, использования спортивного оборудования, техники и инвентаря;</i> - <i>Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать</i>

		<p><i>апелляционные процедуры;</i></p> <ul style="list-style-type: none">- <i>Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях;</i>- <i>Ставить задачи на спортивное соревнование, турнир и игру членам тренерского состава, общекомандные и индивидуальные задачи спортсменам спортивной команды;</i>- <i>Управлять спортивной командой в соревновательном процессе;</i>- <i>Оценивать уровень спортивных достижений спортсменов спортивной команды, результативность выступления спортивной команды на спортивном соревновании;</i>- <i>Создавать условия непримиримости к использованию допинга спортсменами, тренерским составом спортивной команды;</i>- <i>Анализировать и оценивать качество командной игры и степень выполнения тренерского задания спортсменами спортивной команды;</i>- <i>Оперативно корректировать командные тактические системы, схемы и варианты выступления спортивной команды на спортивном соревновании;</i>- <i>Организовывать психолого-методическую поддержку спортсменов</i>
--	--	--

		<p><i>спортивной команды в предсоревновательный и соревновательный периоды;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Контролировать работу тренеров по поддержанию спортивной мотивации спортсменов спортивной команды на высоком уровне;</i> - <i>Производить анализ результатов выступления спортивной команды, выявлять негативные тенденции в системе подготовки спортивной команды к выступлениям на спортивном соревновании.</i> <p>ПК-4. <i>Имеет навыки и/или опыт деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Использования спортивного оборудования, инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений, применяемых в тренировочных занятиях по спортивной гимнастике;</i> - <i>Выявления неисправностей спортивных объектов и инвентаря;</i> - <i>Анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной;</i> - <i>Контроля прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-</i>
--	--	---

Рефераты									
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала		96					34	40	22
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)		40					16	14	10
Подготовка к промежуточной аттестации		8					4		4
В том числе:	часы	288					108	108	72
	зачетные единицы	8					3	3	2

*из 144 часов – 56 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Общие вопросы организации технического обеспечения тренировочного процесса в спортивной гимнастике	4	-	34	-	38	76
2	Судейство соревнований по спортивной гимнастике	6	-	56	-	62	124
3	Организационные аспекты соревновательной деятельности в спорте	4	-	40	-	44	88
ИТОГО (в часах)		14	-	130	-	144	288

4.35.3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (единоборства)»

Авторы-разработчики: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

Васильков Игорь Евгеньевич, старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов	05.003 D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	ПК-4. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - Требования к спортивному инвентарю и оборудованию, месту и санитарно-гигиеническим условиям проведения тренировочного занятия; - Назначение и правила использования спортивного оборудования и инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений; - Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий по единоборствам; - Нормы обеспечения экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, требования к ним при организации тренировочных занятий по спортивным единоборствам; - Материально-техническое обеспечение спортивной сборной команды по избранному виду

		<p><i>единоборств;</i></p> <ul style="list-style-type: none">- <i>Тренажеры и оборудование, используемое в тренировочном процессе спортивной сборной команды;</i>- <i>Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности по избранному виду единоборств, достигнутый спортсменами спортивных сборных команд Российской Федерации;</i>- <i>Антидопинговые правила;</i>- <i>Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;</i>- <i>Положения хартии международной олимпийской организации;</i>- <i>Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по единоборствам;</i>- <i>Правила вида спорта (самбо);</i>- <i>Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по единоборствам;</i>- <i>Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по самбо в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i>- <i>Этические нормы в области спорта.</i> <p>ПК-4. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- <i>Использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений, применяемые в</i>
--	--	---

		<p><i>тренировочных занятиях по единоборствам;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий;</i> - <i>Выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</i> - <i>Разъяснять техники безопасного выполнения упражнений, использования спортивного оборудования, техники и инвентаря;</i> - <i>Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры;</i> - <i>Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия, занимающегося в спортивных соревнованиях.</i> <p>ПК-4. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Использования спортивного оборудования, инвентаря, контрольно-измерительных приборов и средств измерений, применяемых в тренировочных занятиях по единоборствам;</i> - <i>Выявления неисправностей спортивных объектов и инвентаря;</i> - <i>Анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучения кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной;</i> - <i>Контроля прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-контроля;</i>
--	--	---

		- Контроля справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (единоборства)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 и 4 курсах при обучении на очной форме и на 4 и 5 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
Контактная работа преподавателей с обучающимися	144*						54	54	36
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>14</i>						<i>8</i>	<i>6</i>	
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	<i>130</i>						<i>46</i>	<i>48</i>	<i>36</i>
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>	<i>зачет</i>						<i>зачет</i>		<i>зачет</i>
Самостоятельная работа обучающегося	144						54	54	36
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>96</i>						<i>34</i>	<i>40</i>	<i>22</i>
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	<i>40</i>						<i>16</i>	<i>14</i>	<i>10</i>

<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		8						4		4
В том числе:	часы	288						108	108	72
	зачетные единицы	8						3	3	2

*из 144 часов – 28 в активной и интерактивной формах
Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36*								8	10	18
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>											
<i>Семинарские занятия</i>											
<i>Практические занятия</i>	36*								8	10	18
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>	зач								зач		зач
Самостоятельная работа обучающегося	252								100	96	56
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>											
<i>Расчётно-графические работы</i>											
<i>Рефераты</i>											
<i>Письменные самостоятельные работы</i>											
<i>Изучение теоретического материала</i>	244								96	96	52
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>											
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	8								4		4

Общая трудоемкость	часы	288							8	10	18
	зачетные единицы	8							3	3	2

**из 36 часов – 6 в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Общие вопросы по организации технического обеспечения тренировочного процесса в единоборствах	4	-	42	-	46	92
2.	Подготовка судей в спортивных единоборствах	6	-	40	-	46	92
3.	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий в избранном виде единоборств	4	-	48	-	52	104
ИТОГО (в часах)		14	-	130	-	144	288

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Общие вопросы по организации технического обеспечения тренировочного процесса в единоборствах	-	-	10	-	76	86
2.	Подготовка судей в спортивных единоборствах	-	-	10	-	76	86
3.	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий в избранном виде единоборств	-	-	16	-	100	116

ИТОГО (в часах)	-	-	36	-	252	288
------------------------	---	---	-----------	---	------------	------------

4.35.4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (спортивные игры)»

Автор-разработчик: Гладченко Денис Александрович, к. биол. наук, преподаватель кафедры теории и методики спортивных игр

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотношенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
ПК-4Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.	D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	<p>ПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;</i> - <i>правила вида спорта;</i> - <i>правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i> - <i>положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</i> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры;</i>

		<ul style="list-style-type: none"> - использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений - предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;
		<p><i>ПК-4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (спортивные игры)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 и 4 курсах при обучении на очной форме и на 4 и 5 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачет.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	144*						54*	54*	36*
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>14</i>						<i>4</i>	<i>4</i>	<i>6</i>
<i>Семинарские занятия</i>	<i>80</i>						<i>40</i>	<i>20</i>	<i>20</i>
<i>Практические занятия</i>	<i>50</i>						<i>10</i>	<i>30</i>	<i>10</i>
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>							<i>зачет</i>		<i>зачет</i>
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	144						54	18	72
<i>В том числе:</i>									

<i>Курсовая работа</i>										
<i>Расчётно-графические работы</i>										
<i>Рефераты</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		88						34	18	36
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>										
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		56						20		36
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	288						108	72	108
	<i>зачетные единицы</i>	8						3	2	3

*из 144 часов – 144 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>									
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	36*								8*	10*	18*
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>											
<i>Семинарские занятия</i>											
<i>Практические занятия</i>	36								8	10	18
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>										зачет	зачет
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	252								64	98	90
<i>В том числе:</i>											

<i>Курсовая работа</i>											
<i>Расчётно-графические работы</i>											
<i>Рефераты</i>											
<i>Письменные самостоятельные работы</i>											
<i>Изучение теоретического материала</i>		196							64	68	64
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>											
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		56								30	26
Общая трудоемкость	часы	288							72	108	108
	зачетные единицы	8							2	3	3

*из 36 часов – 36 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
3 курс, 6 семестр							
1	Тема 1. Физкультурно-спортивные сооружения для занятий спортивными играми.	2	10	-	-	14	26
2	Тема 2. Оборудование и инвентарь для занятий спортивными играми.	-	10	6	-	14	30
3	Тема 3. Правила соревнований.	2	10	4	-	14	30
4	Тема 4. Виды соревнований и их характеристика	-	10	-	-	12	22
ИТОГО (в часах)		4	40	10	-	54	108
4 курс, 7 семестр							

5	Тема 5. Подготовка судей.	2	10	6	-	4	22
6	Тема 6. Технологии судейства игр, судейская жестикация.	2	10	24	-	14	50
ИТОГО (в часах)		4	20	30	-	18	72
4 курс, 8 семестр							
7	Тема 7. Специфика деятельности судей в избранном виде спортивных игр.	4	14	6	-	44	68
8	Тема 8. Формирование навыков судейской деятельности.	2	6	4	-	28	40
ИТОГО (в часах)		6	20	10	-	72	108
ВСЕГО (в часах)		14	80	50		144	288

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
4 курс, 8 семестр							
1	Тема 1. Физкультурно-спортивные сооружения для занятий спортивными играми.	-	-	2	-	16	18
2	Тема 2. Оборудование и инвентарь для занятий спортивными играми.	-	-	2	-	16	18
3	Тема 3. Правила соревнований.	-	-	2	-	16	18
4	Тема 4. Виды соревнований и их характеристика	-	-	2	-	16	18
ИТОГО (в часах)		-	-	8	-	64	72
5 курс, 9 семестр							
5	Тема 5. Подготовка судей.	-	-	4	-	44	48
6	Тема 6. Технологии судейства игр, судейская жестикация.	-	-	6	-	54	60
ИТОГО (в часах)				10		98	108
5 курс, 10 семестр							
7	Тема 7. Специфика деятельности судей в	-	-	10	-	50	60

	избранном виде спортивных игр.						
8	Тема 8. Формирование навыков судейской деятельности.	-	-	8	-	40	48
ИТОГО (в часах)				18		90	108
ВСЕГО (в часах)				36		252	288

4.35.5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (лыжный спорт)»

Авторы-разработчики: Багин Николай Анатольевич, кандидат педагогических наук, профессор кафедры теории и методики лыжного спорта

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук кафедры теории и методики лыжного спорта

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотнесенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
ПК-4Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.	D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	<p>ПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;</i> - <i>правила вида спорта;</i> - <i>правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i> - <i>положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</i> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать</i>

		<p>апелляционные процедуры; - использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений - предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</p>
		<p>ПК-4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры</p>

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (спортивные игры)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 и 4 курсах при обучении на очной форме и на 4 и 5 курсах – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачет.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	144*						54*	54*	36*
<i>В том числе:</i>									
Лекции	14						4	4	6
Семинарские занятия	80						40	20	20
Практические занятия	50						10	30	10
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация (зачет)							зачет		зачет
Самостоятельная работа обучающегося	144						54	18	72
<i>В том числе:</i>									

<i>Курсовая работа</i>										
<i>Расчётно-графические работы</i>										
<i>Рефераты</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		88						34	18	36
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>										
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		56						20		36
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	288						108	72	108
	<i>зачетные единицы</i>	8						3	2	3

*из 144 часов – 144 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>									
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	36*								8*	10*	18*
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>											
<i>Семинарские занятия</i>											
<i>Практические занятия</i>	36								8	10	18
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>										зачет	зачет
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	252								64	98	90
<i>В том числе:</i>											

<i>Курсовая работа</i>											
<i>Расчётно-графические работы</i>											
<i>Рефераты</i>											
<i>Письменные самостоятельные работы</i>											
<i>Изучение теоретического материала</i>		196							64	68	64
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>											
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		56								30	26
Общая трудоемкость	часы	288							72	108	108
	зачетные единицы	8							2	3	3

*из 36 часов – 36 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
3 курс, 6 семестр							
1	Тема 1. Физкультурно-спортивные сооружения для занятий лыжным спортом.	2	10	-	-	14	26
2	Тема 2. Оборудование и инвентарь для занятий лыжным спортом.	-	10	6	-	14	30
3	Тема 3. Правила соревнований.	2	10	4	-	14	30
4	Тема 4. Виды соревнований и их характеристика	-	10	-	-	12	22
ИТОГО (в часах)		4	40	10	-	54	108
4 курс, 7 семестр							

5	Тема 5. Подготовка судей.	2	10	6	-	4	22
6	Тема 6. Технологии судейства в лыжном спорте	2	10	24	-	14	50
ИТОГО (в часах)		4	20	30	-	18	72
4 курс, 8 семестр							
7	Тема 7. Специфика деятельности судей в избранном виде лыжного спорта.	4	14	6	-	44	68
8	Тема 8. Формирование навыков судейской деятельности.	2	6	4	-	28	40
ИТОГО (в часах)		6	20	10	-	72	108
ВСЕГО (в часах)		14	80	50		144	288

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
4 курс, 8 семестр							
1	Тема 1. Физкультурно-спортивные сооружения для занятий лыжным спортом.	-	-	2	-	16	18
2	Тема 2. Оборудование и инвентарь для занятий лыжным спортом.	-	-	2	-	16	18
3	Тема 3. Правила соревнований.	-	-	2	-	16	18
4	Тема 4. Виды соревнований и их характеристика	-	-	2	-	16	18
ИТОГО (в часах)		-	-	8	-	64	72
5 курс, 9 семестр							
5	Тема 5. Подготовка судей.	-	-	4	-	44	48
6	Тема 6. Технологии судейства в лыжном спорте	-	-	6	-	54	60
ИТОГО (в часах)				10		98	108
5 курс, 10 семестр							
7	Тема 7. Специфика деятельности судей в	-	-	10	-	50	60

	избранном виде лыжного спорта						
8	Тема 8. Формирование навыков судейской деятельности.	-	-	8	-	40	48
ИТОГО (в часах)				18		90	108
ВСЕГО (в часах)				36		252	288

4.35.6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (спортивное ориентирование)»

Автор-разработчик: Аввакуменков А.А., кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры теории и методики лыжного спорта

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотношенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
ПК-4 Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.	D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	<p>ПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;</i> - <i>правила вида спорта;</i> - <i>правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i> - <i>положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</i> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры;</i>

		<ul style="list-style-type: none"> - использовать спортивное оборудование, инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства измерений - предупреждать случаи травматизма во время проведения занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;
		<p><i>ПК-4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (спортивное ориентирование)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 и 4 курсах при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачет.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	<i>144*</i>						<i>54*</i>	<i>54*</i>	<i>36*</i>
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>14</i>						<i>4</i>	<i>4</i>	<i>6</i>
<i>Семинарские занятия</i>	<i>80</i>						<i>40</i>	<i>20</i>	<i>20</i>
<i>Практические занятия</i>	<i>50</i>						<i>10</i>	<i>30</i>	<i>10</i>
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>							<i>зачет</i>		<i>зачет</i>
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	<i>144</i>						<i>54</i>	<i>18</i>	<i>72</i>
<i>В том числе:</i>									

Курсовая работа								
Расчётно-графические работы								
Рефераты								
Письменные самостоятельные работы								
Изучение теоретического материала		88				34	18	36
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)								
Подготовка к промежуточной аттестации		56				20		36
В том числе:	часы	288				108	72	108
	зачетные единицы	8				3	2	3

*из 144 часов – 144 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
3 курс, 6 семестр							
Раздел 1. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА И СОРЕВНОВАНИЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
1	Тема 1.1. Нормативно-правовая база, регламентирующая техническое обеспечение тренировочного процесса в спортивном ориентировании.	2	10	-	-	14	26
Раздел 2. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ ПО РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ ОРИЕНТИРОВАНИЯ							
2	Тема 2.1. Права и обязанности участников соревнований, представителей команд и	2	10	6	-	14	32

	судейских бригад.						
Раздел 3. ПОДГОТОВКА СУДЕЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
3	Тема 3.1. Формирование судейских функций		10	4	-	14	28
Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ И СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ							
4	Тема 4.1. Технология организации и проведения соревнований и спортивно- массовых мероприятий по спортивному ориентированию	-	10			12	22
ИТОГО (в часах)		4	40	10	-	54	108
4 курс, 7 семестр							
Раздел 1. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА СОРЕВНОВАНИЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
5	Тема 1.2. Материально- техническая база для занятий различными видами ориентирования	-	10	6	-	4	20
Раздел 2. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ ПО РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ ОРИЕНТИРОВАНИЯ							
6	Тема 2.2. Права и обязанности участников соревнований представителей команд и судейских бригад.	2	6	8	-	4	20
Раздел 3. ПОДГОТОВКА СУДЕЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
7	Тема 3.2. Модельные характеристики судьи	2	4	4	-	4	14
Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
8	Тема 4.2. Подготовка, организация и проведение соревнований по различным видам ориентирования			12		6	18
ИТОГО (в часах)		4	20	30	-	18	72
4 курс, 8 семестр							
Раздел 1. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
9	Тема 1.3. Техническое оборудование и документация в спортивном ориентировании	2	4	2	-	20	28
Раздел 2. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ВИДАМ ОРИЕНТИРОВАНИЯ							
10	Тема 2.3. Правила организации полигонов и дистанций	2	6	2		24	34

	спортивного ориентирования						
Раздел 3. ПОДГОТОВКА СУДЕЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
11	Тема 3.3. Особенности судейства в различных видах спортивного ориентирования		4	2		12	18
Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
12	Тема 4.3. Обеспечивающие мероприятия при подготовке и проведении спортивных соревнований	2	6	4	-	16	28
ИТОГО (в часах)		6	20	10	-	72	108
ВСЕГО (в часах)		14	80	50		144	288

4.35.7. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Подготовка специалистов по спортивной технике, инвентарю, судей и др. в избранном виде спорта (лыжный спорт и спортивное ориентирование)»

Автор(ы)-разработчик(и):

Аввакуменков А.А., кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики лыжного спорта

Багин Николай Анатольевич, кандидат педагогических наук, профессор кафедры теории и методики лыжного спорта

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики лыжного спорта

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотношенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
ПК-4 Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.	D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	ПК-4.1. Знает: <i>- методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;</i> <i>- правила вида спорта;</i> <i>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</i> <i>- требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i> <i>- положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</i> ПК-4.2. Умеет: <i>- определять</i>

<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>							<i>зачет</i>		<i>зачет</i>
Самостоятельная работа обучающегося		144					54	18	72
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>		88					34	18	36
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>									
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		56					20		36
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	288					108	72	108
	<i>зачетные единицы</i>	8					3	2	3

*из 144 часов – 144 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
3 курс, 6 семестр							
Раздел 1. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА И СОРЕВНОВАНИЙ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ И СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
1	Тема 1.1. Нормативно-правовая база, регламентирующая	2	10	-	-	14	26

	техническое обеспечение тренировочного процесса в лыжном спорте и спортивном ориентировании.						
Раздел 2. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ ПО РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ ЛЫЖНОГО СПОРТА И ОРИЕНТИРОВАНИЯ							
2	Тема 2.1. Права и обязанности участников соревнований, представителей команд и судейских бригад.	2	10	6	-	14	32
Раздел 3. ПОДГОТОВКА СУДЕЙ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА.							
3	Тема 3.1. Формирование судейских функций		10	4	-	14	28
Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ И СОРЕВНОВАНИЙ ПО ЛЫЖНОМУ СПОРТУ И СПОРТИВНОМУ ОРИЕНТИРОВАНИЮ							
4	Тема 4.1. Технология организации и проведения соревнований и спортивно-массовых мероприятий по лыжному спорту и спортивному ориентированию	-	10			12	22
ИТОГО (в часах)		4	40	10	-	54	108
4 курс, 7 семестр							
Раздел 1. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА И СОРЕВНОВАНИЙ							
5	Тема 1.2. Материально-техническая база для занятий различными видами лыжного спорта и ориентирования	-	10	6	-	4	20
Раздел 2. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ ПО РАЗЛИЧНЫМ ВИДАМ ЛЫЖНОГО СПОРТА И ОРИЕНТИРОВАНИЯ							
6	Тема 2.2. Права и обязанности участников соревнований представителей команд и судейских бригад.	2	6	8	-	4	20
Раздел 3. ПОДГОТОВКА СУДЕЙ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ И СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
7	Тема 3.2. Модельные характеристики судьи	2	4	4	-	4	14
Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ							
8	Тема 4.2. Подготовка, организация и проведение соревнований по лыжным гонкам и различными видами ориентирования			12		6	18
ИТОГО (в часах)		4	20	30	-	18	72

4 курс, 8 семестр							
Раздел 1. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ И СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
9	Тема 1.3. Техническое оборудование и документация в ИВС.	2	4	2	-	20	28
Раздел 2. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА							
10	Тема 2.3. Правила организации полигонов и дистанций в ИВС.	2	6	2		24	34
Раздел 3. ПОДГОТОВКА СУДЕЙ В ЛЫЖНОМ СПОРТЕ И СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ							
11	Тема 3.3. Особенности судейства в различных видах лыжных гонок и спортивного ориентирования		4	2		12	18
Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ							
12	Тема 4.3. Обеспечивающие мероприятия при подготовке и проведении спортивных соревнований	2	6	4	-	16	28
ИТОГО (в часах)		6	20	10	-	72	108
ВСЕГО (в часах)		14	80	50		144	288

4.36.1 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профессионально-спортивное совершенствование (легкая атлетика)»

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-5.Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
1	2	3
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства,</p>	<p>УК-7.1. Знает: значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; основы планирования и проведения занятий по физической культуре; основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря УК-7.2. Умеет: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием</p>

	<p>высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. УК-7.3. Имеет опыт: проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>
<p>ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду</p>	<p>ПК-5.1. Знает: <i>Индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося</i> <i>Комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Методы и средства оценки степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбывающим факторам</i> <i>Методы и техники самоконтроля занимающегося</i> <i>Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки</i> <i>Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации</i> <i>Правила использования спортивного оборудования и</i></p>

	<p>спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p><i>инвентаря</i> <i>Предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и "подводки"</i> <i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Структура индивидуального календаря спортивных соревнований</i> <i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> ПК-5.2. Умеет: <i>Выявлять и анализировать случаи травматизма спортсменов во время тренировок</i> <i>Выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов</i> <i>Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося</i> <i>Давать комплексную оценку физической, функциональной подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности</i> <i>Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы</i> <i>Использовать данные дневников самоконтроля для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося</i> <i>Использовать рациональную структуру, средства и методы годовых циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов кандидата мастера спорта, мастера спорта России, мастера спорта международного класса</i> <i>Использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата</i> <i>Использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия</i> <i>Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях,</i></p>
--	---	--

		<p><i>международных соревнованиях</i></p> <p><i>Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения</i></p> <p><i>Координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт</i></p> <p><i>Оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов</i></p> <p><i>Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся</i></p> <p><i>Предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок</i></p> <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p><i>Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря</i></p> <p><i>Контроль выполнения занимающимися плана восстановительных мероприятий</i></p> <p><i>Контроль выполнения планов комплексной подготовки спортивной команды, индивидуальной подготовки спортсменов спортивной сборной команды</i></p> <p><i>Контроль исполнения индивидуальных планов тренировочных занятий занимающимся в период тренировочных сборов, в каникулярный период</i></p> <p><i>Оценка результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося</i></p> <p><i>Подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий</i></p> <p><i>Подготовка проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки,</i></p>
--	--	--

		<p>программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства</p> <p>Подготовка рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</p> <p>Составление индивидуального календаря спортивных соревнований</p> <p>Составление плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Профессионально-спортивное совершенствование» (легкая атлетика) относится к / части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-4 курсе при обучении на очной форме и на 1-4_ курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	342*	54	54	44	46	54	54	36	
<i>В том числе:</i>									
Лекции									
Семинарские занятия									
Практические занятия	342*	54	54	44	46	54	54	36	
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация (зачет)			Зач.		Зач.		Зач.	Зач.	
Самостоятельная работа обучающегося	198	36	36	10	8	36	36	36	
<i>В том числе:</i>									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты									
Письменные самостоятельные работы	20	10	10						
Изучение теоретического материала	70	6	6	6	4	16	16	16	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	54	10	10	2	2	10	10	10	
Подготовка к промежуточной аттестации	54	10	10	2	2	10	10	10	
Общая трудоемкость	часы	540	90	90	54	54	90	90	72
	зачетные единицы	15	1,5	1,5	1,5	1,5	2,5	2,5	2

*из 342 часов – 342 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
Контактная работа преподавателей с обучающимися	68*	8	10	10	10	10	10	10	10						
В том числе:															
Лекции	18	2	2	2	2	2	4	4							
Семинарские занятия															
Практические занятия	50	6	8	8	8	8	6	6							
Лабораторные работы															
Промежуточная аттестация (зачет)			Зач.		Зач.		Зач.	Зач.							
Самостоятельная работа обучающегося	472	82	80	44	44	80	80	62							
В том числе:															
Курсовая работа															
Расчётно-графические работы															
Рефераты															
Письменные самостоятельные работы	20	10	10												
Изучение теоретического материала	382	62	60	34	34	70	70	52							
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)															
Подготовка к промежуточной аттестации	70	10	10	10	10	10	10	10							
Общая трудоемкость	часы	540	90	90	54	54	90	90	72						
	зачетные единицы	15	1,5	1,5	1,5	1,5	2,5	2,5	2						

*из 68 часов – 64 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
	1 курс						
1.1	Физическая подготовка средствами легкой атлетики Контрольная работа №1 по теме «Анализ техники и методика обучения в избранном виде легкой атлетики (спортивная ходьба и бег)»			32		20	52
1.2	Средства легкой атлетики и методика их проведения Контрольная работа №2 по теме «Анализ техники и методика обучения в избранном виде легкой атлетики (прыжки в длину и метания мяча и гранаты)»			24		14	38
1.	Техника легкоатлетических упражнений, методика			24		14	38

3	обучения <i>Контрольная работа №3 по теме «Анализ техники и методика обучения в избранном виде легкой атлетики (прыжки в высоту и метания мяча и гранаты)»</i>					
1.4	Методика тренировки в легкой атлетике		12		12	24
1.5	Формирование профессионально-педагогических умений и навыков		8		6	14
1.6	Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике <i>Контрольная работа №4 по теме «Общие правила соревнований в избранном виде легкой атлетики»</i>		8		6	14
	Итого за 1 курс		108		72	180
	2 курс					
2.1	Физическая подготовка средствами легкой атлетики		28		4	32
2.2	Средства легкой атлетики и методика их проведения <i>Контрольная работа №1 по теме «Характеристика легкоатлетических упражнений»</i>		18		4	22
2.3	Техника легкоатлетических упражнений, методика обучения <i>Контрольная работа №2 по теме «Анализ техники и методика обучения в избранном виде легкой атлетики»</i>		18		4	22
2.4	Методика тренировки в легкой атлетике		10		2	12
2.5	Формирование профессионально-педагогических умений и навыков <i>Контрольная работа №3 по теме «Анализ техники и методика обучения в избранном виде легкой атлетики»</i>		8		2	10
2.6	Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике <i>Контрольная работа №4 по теме «Правила соревнований в избранном виде легкой атлетики. Права и обязанности судей»</i>		8		2	10
	Итого за 2 курс		90		18	108
	3 курс					
3.1	Физическая подготовка средствами легкой атлетики <i>Контрольная работа №1 по теме «Развитие физических качеств в легкой атлетике»</i>		32		20	52
3.2	Средства легкой атлетики и методика их проведения <i>Контрольная работа №2 по теме «Эффективные средства и методы обучения»</i> <i>Контрольная работа №3 по теме «Анализ техники и методика тренировки в избранном виде легкой атлетики»</i>		24		14	38
3.3	Техника легкоатлетических упражнений, методика обучения		24		14	38
3.4	Методика тренировки в легкой атлетике <i>Контрольная работа №4 по теме «Методика</i>		12		12	24

	<i>тренировки в избранном виде легкой атлетики»</i>					
3.5	Формирование профессионально-педагогических умений и навыков			8		6 14
3.6	Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике			8		6 14
	Итого за 3 курс			108		72 180
	4 курс					
4.1	Физическая подготовка средствами легкой атлетики			10		10 20
4.2	Средства легкой атлетики и методика их проведения			8		8 16
4.3	Техника легкоатлетических упражнений, методика обучения			4		4 8
4.4	Методика тренировки в легкой атлетики <i>Контрольная работа №1 по теме «Методика тренировки в избранном виде легкой атлетики»</i>			4		4 8
4.5	Формирование профессионально-педагогических умений и навыков атлетике <i>Контрольная работа №2 по теме «Планирование тренировки в избранном виде легкой атлетики»</i>			4		4 8
4.6	Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике			6		6 12
	Итого за 4 курс			36		36 72
	ИТОГО:			342		198 540

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа	Всего часов
	1 курс						
1.1	Физическая подготовка средствами легкой атлетики	2		2		48	52
1.2	Средства легкой атлетики и методика их проведения	2		2		34	38
1.3	Техника легкоатлетических упражнений, методика обучения			4		34	38
1.4	Методика тренировки в легкой атлетике			2		22	24
1.5	Формирование профессионально-педагогических умений и навыков			2		12	14
1.6	Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике			2		12	14
	Итого за 1 курс	4		14		16	18

					2	0
	2 курс					
2.1	Физическая подготовка средствами легкой атлетики			4	30	34
2.2	Средства легкой атлетики и методика их проведения	2		2	18	22
2.3	Техника легкоатлетических упражнений, методика обучения	2		4	16	22
2.4	Методика тренировки в легкой атлетике			2	10	12
2.5	Формирование профессионально-педагогических умений и навыков			2	8	10
2.6	Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике			2	6	8
	Итого за 2 курс	4		16	88	108
	3 курс					
3.1	Физическая подготовка средствами легкой атлетики			4	50	54
3.2	Средства легкой атлетики и методика их проведения			2	28	30
3.3	Техника легкоатлетических упражнений, методика обучения	2		2	36	40
3.4	Методика тренировки в легкой атлетике	2		2	22	26
3.5	Формирование профессионально-педагогических умений и навыков			2	14	16
3.6	Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике	2		2	10	14
	Итого за 3 курс	6		14	160	180
	4 курс					
4.1	Физическая подготовка средствами легкой атлетики			2	18	20
4.2	Средства легкой атлетики и методика их проведения				16	16
4.3	Техника легкоатлетических упражнений, методика обучения	2			6	8
4.4	Методика тренировки в легкой атлетике	2			6	8
4.5	Формирование профессионально-педагогических умений и навыков			2	6	8
4.6	Организация, проведение и судейство соревнований по легкой атлетике			2	10	12
	Итого за 4 курс	4		6	62	72
	ИТОГО:	18		50	472	540

4.36.2 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профессионально-спортивное совершенствование (гимнастика)»

Автор-разработчик: Семенов Денис Викторович, к.п.н., доцент кафедры ТИМ гимнастики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
1	2	3
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного	УК-7.1. Знает: значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; основы планирования и проведения занятий по физической культуре; основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря УК-7.2. Умеет: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;

	<p>мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт:</p> <p>проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</p> <p>планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности;</p> <p>владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</p> <p>- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>
<p>ПК-5.</p> <p>Способен совершенствовать своё индивидуально-спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>05.003</p> <p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного</p>	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <p><i>Индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося</i></p> <p><i>Комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Методы и средства оценки степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбывающим факторам</i></p> <p><i>Методы и техники самоконтроля занимающегося</i></p> <p><i>Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки</i></p> <p><i>Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации</i></p>

	<p>мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p><i>Правила использования спортивного оборудования и инвентаря</i></p> <p><i>Предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и "подводки"</i></p> <p><i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Структура индивидуального календаря спортивных соревнований</i></p> <p><i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p>ПК-5.2. Умеет:</p> <p><i>Выявлять и анализировать случаи травматизма спортсменов во время тренировок</i></p> <p><i>Выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов</i></p> <p><i>Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося</i></p> <p><i>Давать комплексную оценку физической, функциональной подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности</i></p> <p><i>Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы</i></p> <p><i>Использовать данные дневников самоконтроля для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося</i></p> <p><i>Использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов кандидата мастера спорта, мастера спорта России, мастера спорта международного класса</i></p> <p><i>Использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата</i></p> <p><i>Использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия</i></p> <p><i>Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в</i></p>
--	--	--

		<p><i>официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях</i></p> <p><i>Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения</i></p> <p><i>Координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт</i></p> <p><i>Оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов</i></p> <p><i>Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся</i></p> <p><i>Предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок</i></p> <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p><i>Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря</i></p> <p><i>Контроль выполнения занимающимися плана восстановительных мероприятий</i></p> <p><i>Контроль выполнения планов комплексной подготовки спортивной команды, индивидуальной подготовки спортсменов спортивной сборной команды</i></p> <p><i>Контроль исполнения индивидуальных планов тренировочных занятий занимающимися в период тренировочных сборов, в каникулярный период</i></p> <p><i>Оценка результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося</i></p> <p><i>Подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий</i></p> <p><i>Подготовка проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с</i></p>
--	--	---

		<p>федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства</p> <p>Подготовка рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</p> <p>Составление индивидуального календаря спортивных соревнований</p> <p>Составление плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимся разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Профессионально-спортивное совершенствование (гимнастика)» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-4 курсах при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: *зачёт*.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	342*(12)	54	54	44	46	54	54	36	
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>									
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	342	54	54	44	46	54	54	36	
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>			<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>	<i>Зач.</i>	
Самостоятельная работа обучающегося	198	28	28	28	28	28	28	30	
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	90	14	14	14	14	14	10	10	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	60	10	10	8	8	8	8	8	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	48	7	7	7	7	7	7	6	
Общая трудоемкость	часы	540	82	82	72	74	82	82	66
	зачетные единицы	15	2	2	2	2	2	2	3

*из 342 часов – 12 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1 курс							
1	Физическая подготовка гимнастов						
	Тема 1.1. «Физические качества и методика их развития в гимнастике» <i>Контрольная работа №1 по теме «Анализ техники и Физические качества и методика их развития в гимнастике»</i>	-	-	20	-	10	30
2	Средства гимнастики и методика их проведения						
	Тема 2.1. «ОРУ и методика их проведения»	-	-	4	-	4	8
	Тема 2.2. «Упражнения на гимнастических снарядах» <i>Контрольная работа №2 по теме «Упражнения на гимнастических снарядах»</i>	-	-	26	-	10	36
	Тема 2.3. «Акробатические упражнения»	-	-	12	-	6	18
	Тема 2.4. «Опорные прыжки»	-	-	12	-	6	18
3	Техника гимнастических упражнений, методика и технология обучения						
	3.1. «Техника, методика и технология обучения гимнастических	-	-	16	-	8	24

	упражнений» <i>Контрольная работа №3 по теме «Техника, методика и технология обучения гимнастических упражнений»</i>						
4	Методика тренировки гимнастов						
	Тема 4.1. «Особенности тренировки юных гимнастов» <i>Контрольная работа №4 по теме «Особенности тренировки юных гимнастов»</i>	-	-	14	-	8	22
5	Формирование профессионально-педагогических умений и навыков						
	Тема 5.1. «Помощь, как неотъемлемый элемент обучения гимнастическим упражнениям»	-	-	4	-	4	8
	Итого за 1 курс	-	-	108	-	56	164
2 курс							
1	Физическая подготовка гимнастов						
	Тема 1.1. «Физические качества и методика их развития в гимнастике» <i>Контрольная работа №1 по теме «Анализ техники и Физические качества и методика их развития в гимнастике»</i>	-	-	10	-	8	18
2	Средства гимнастики и методика их проведения						
	Тема 2.2. «Упражнения на гимнастических снарядах» <i>Контрольная работа №2 по теме «Упражнения на гимнастических снарядах»</i>	-	-	38	-	24	62

	Тема 2.3. «Акробатические упражнения»	-	-	10	-	6	16
	Тема 2.4. «Опорные прыжки»	-	-	8	-	4	12
3	Техника гимнастических упражнений, методика и технология обучения						
	3.1. «Техника, методика и технология обучения гимнастических упражнений» <i>Контрольная работа №3 по теме «Техника, методика и технология обучения гимнастических упражнений»</i>	-	-	12	-	8	20
4	Методика тренировки гимнастов						
	Тема 4.1. «Особенности тренировки юных гимнастов» <i>Контрольная работа №4 по теме «Особенности тренировки юных гимнастов»</i>	-	-	14	-	6	20
	Итого за 2 курс	-	-	90	-	56	164
3 курс							
1	Физическая подготовка гимнастов						
	Тема 1.1. «Физические качества и методика их развития в гимнастике» <i>Контрольная работа №1 по теме «Анализ техники и Физические качества и методика их развития в гимнастике»</i>	-	-	10	-	6	16
2	Средства гимнастики и методика их проведения						
	Тема 2.2. «Упражнения на гимнастических снарядах» <i>Контрольная работа №2 по теме «Упражнения на</i>	-	-	36	-	18	54

	<i>гимнастических снарядах»</i>						
	Тема 2.3. «Акробатические упражнения»	-	-	12	-	8	20
	Тема 2.4. «Опорные прыжки»	-	-	12	-	6	18
3	Техника гимнастических упражнений, методика и технология обучения						
	3.1. «Техника, методика и технология обучения гимнастических упражнений» <i>Контрольная работа №3 по теме «Техника, методика и технология обучения гимнастических упражнений»</i>	-	-	20	-	10	30
4	Методика тренировки гимнастов						
	Тема 4.2. «Планирование тренировочных нагрузок» <i>Контрольная работа №4 по теме «Планирование тренировочных нагрузок»</i>	-	-	18	-	8	26
	Итого за 3 курс	-	-	108	-	56	164
4 курс							
1	Физическая подготовка гимнастов						
	Тема 1.1. «Физические качества и методика их развития в гимнастике»	-	-	4	-	4	8
2	Средства гимнастики и методика их проведения						
	Тема 2.2. «Упражнения на гимнастических снарядах» <i>Контрольная работа №1 по теме «Упражнения на гимнастических снарядах»</i>	-	-	8	-	8	16

	Тема 2.3. «Акробатические упражнения»	-	-	4	-	2	6
	Тема 2.4. «Опорные прыжки»	-	-	4	-	2	6
3	Техника гимнастических упражнений, методика и технология обучения						
	3.1. «Техника, методика и технология обучения гимнастических упражнений» <i>Контрольная работа №3 по теме «Техника, методика и технология обучения гимнастических упражнений»</i>	-	-	8	-	8	16
4	Методика тренировки гимнастов						
	4.3. Многолетняя подготовка гимнастов <i>Контрольная работа №4 по теме «Многолетняя подготовка гимнастов»</i>	-	-	8	-	6	14
	Итого за 4 курс	-	-	36	-	30	66
ИТОГО (в часах)		-	-	342	-	198	540

4.36.3 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профессионально-спортивное совершенствование (единоборства)»

Авторы-разработчики: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

Васильков Игорь Евгеньевич, старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
1	2	3
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>05.003</p> <p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p> <p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на</p>	<p>УК-7.1. Знает:</p> <p>значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС;</p> <p>основы планирования и проведения занятий по физической культуре;</p> <p>основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</p> <p>УК-7.2. Умеет:</p> <p>самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;</p> <p>планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;</p> <p>проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину</p>

	<p>этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. УК-7.3. Имеет опыт: проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>
<p>ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительнос</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного</p>	<p>ПК-5.1. Знает: <i>индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося;</i> <i>комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> <i>методы и средства оценки степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам;</i> <i>методы и техники самоконтроля занимающегося;</i> <i>минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> <i>направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки;</i></p>

ти	<p>мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p><i>общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации; правила использования спортивного оборудования и инвентаря;</i></p> <p><i>предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и "подводки";</i></p> <p><i>программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i></p> <p><i>структура индивидуального календаря спортивных соревнований;</i></p> <p><i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин).</i></p> <p>ПК-5.2. Умеет:</p> <p><i>выявлять и анализировать случаи травматизма спортсменов во время тренировок;</i></p> <p><i>выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов;</i></p> <p><i>выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося;</i></p> <p><i>давать комплексную оценку физической, функциональной подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности;</i></p> <p><i>давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;</i></p> <p><i>использовать данные дневников самоконтроля для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося;</i></p> <p><i>использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимся нормативов кандидата мастера спорта, мастера спорта России, мастера спорта международного класса;</i></p> <p><i>использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата;</i></p> <p><i>использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и</i></p>
----	--	--

		<p> <i>четырёхлетия;</i> <i>использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</i> <i>контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий,</i> <i>диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;</i> <i>координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт;</i> <i>оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов;</i> <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;</i> <i>предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок.</i> </p> <p> ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: <i>контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря;</i> <i>контроль выполнения занимающимися плана восстановительных мероприятий;</i> <i>контроль выполнения планов комплексной подготовки спортивной команды, индивидуальной подготовки спортсменов спортивной сборной команды;</i> <i>контроль исполнения индивидуальных планов тренировочных занятий занимающимся в период тренировочных сборов, в каникулярный период;</i> <i>оценка результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося;</i> <i>подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с</i> </p>
--	--	---

<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		90	14	14	14	14	14	10	10	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		60	10	10	8	8	8	8	8	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		48	7	7	7	7	7	7	6	
Общая трудоемкость	часы	540	82	82	72	74	82	82	66	
	зачетные единицы	15		4		4		4	3	

*из 342 часов – 342 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	68	8	10	10	10	10	10	10			
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	18	4		4		2	4	4			
<i>Семинарские занятия</i>											
<i>Практические занятия</i>	50	4	10	6	10	8	6	6			
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>			Зач.		Зач.		Зач.	Зач.			
Самостоятельная работа обучающегося	472	70	70	70	70	70	70	52			
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>											
<i>Расчётно-графические работы</i>											
<i>Рефераты</i>											
<i>Письменные самостоятельные работы</i>											
<i>Изучение теоретического материала</i>	200	30	30	30	30	30	30	20			
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	142	20	20	20	20	20	20	22			
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	130	18	18	18	18	18	20	20			
Общая трудоемкость	часы	540	78	80	80	80	80	80	62		
	зачетные единицы	15		4		4		4	3		

*из 68 часов – 68 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование тем и разделов тем	Лекции	Практические	Семинары, Методические занятия	Самостоятельная работа	Всего часов
-------	---------------------------------	--------	--------------	--------------------------------	------------------------	-------------

1	2	3	4	5	6	7
Первый курс						
Раздел 1. Техничко-тактическая подготовка						
1	Тема 1.1. Техничко-тактическая подготовка в борьбе самбо	-	32	-	8	40
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка						
2	Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка в борьбе самбо	-	20	-	8	28
Раздел 3. Предсоревновательная подготовка						
3	Тема 3.1. Предсоревновательная подготовка в борьбе самбо	-	18	-	10	28
Раздел 4. Соревновательная подготовка						
4	Тема 4.1. Соревновательная подготовка в борьбе самбо	-	16	-	10	26
Раздел 5. Восстановительные мероприятия						
5	Тема 5.1. Восстановительные мероприятия в борьбе самбо	-	6	-	10	16
Раздел 6. Судейская практика						
6	Тема 6.1. Судейская практика в борьбе самбо	-	16	-	10	26
Всего за 1 курс		-	108	-	56	164
Второй курс						
Раздел 1. Техничко-тактическая подготовка борца						
7	Тема 1.1. Техничко-тактическая подготовка в борьбе самбо	-	16	-	8	24
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка						
8	Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка в борьбе самбо	-	18	-	8	26
Раздел 3. Предсоревновательная подготовка						
9	Тема 3.1. Предсоревновательная подготовка в борьбе самбо	-	20	-	10	30
Раздел 4. Соревновательная подготовка						
10	Тема 4.1. Соревновательная подготовка в борьбе самбо	-	18	-	10	28
Раздел 5. Восстановительные мероприятия						
11	Тема 5.1. Восстановительные мероприятия в борьбе самбо	-	8	-	10	18
Раздел 6. Судейская практика						
12	Тема 6.1. Судейская практика в борьбе самбо	-	10	-	10	20
Всего за 2 курс:		-	90	-	56	146
Третий курс						
Раздел 1. Техничко-тактическая подготовка борца						
	Тема 1.1. Техничко-тактическая подготовка в борьбе самбо	-	24		8	32
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка						
	Тема 2.1. Общая и специальная	-	20		8	28

	физическая подготовка в борьбе самбо					
Раздел 3. Предсоревновательная подготовка						
	Тема 3.1. Предсоревновательная подготовка в борьбе самбо	-	20		10	30
Раздел 4. Соревновательная подготовка						
	Тема 4.1. Соревновательная подготовка в борьбе самбо	-	22		10	32
Раздел 5. Восстановительные мероприятия						
	Тема 5.1. Восстановительные мероприятия в борьбе самбо	-	12		10	22
Раздел 6. Судейская практика						
	Тема 6.1. Судейская практика в борьбе самбо	-	10		10	20
Всего за 3 курс:		-	108	-	56	164
<i>Четвертый курс</i>						
Раздел 1. Техничко-тактическая подготовка борца						
	Тема 1.1. Техничко-тактическая подготовка в борьбе самбо	-	10	-	4	14
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка						
	Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка в борьбе самбо	-	8	-	4	12
Раздел 3. Предсоревновательная подготовка						
	Тема 3.1. Предсоревновательная подготовка в борьбе самбо	-	6	-	4	10
Раздел 4. Соревновательная подготовка						
	Тема 4.1. Соревновательная подготовка в борьбе самбо	-	4	-	6	10
Раздел 5. Восстановительные мероприятия						
	Тема 5.1. Восстановительные мероприятия в борьбе самбо	-	4	-	6	10
Раздел 6. Судейская практика						
	Тема 6.1. Судейская практика в борьбе самбо	-	4	-	6	10
Всего за 4 курс:		-	36	-	30	66
Итого:		-	342	-	198	540

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование тем и разделов тем	Лекции	Практические	Семинары, Методические занятия	Самостоятельная работа	Всего часов
-------	---------------------------------	--------	--------------	--------------------------------	------------------------	-------------

1	2	3	4	5	6	7
Первый курс						
Раздел 1. Техничко-тактическая подготовка						
1	Тема 1.1. Техничко-тактическая подготовка в борьбе самбо	2	2	-	40	44
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка						
2	Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка в борьбе самбо	2	2	-	20	24
Раздел 3. Предсоревновательная подготовка						
3	Тема 3.1. Предсоревновательная подготовка в борьбе самбо	-	4	-	20	24
Раздел 4. Соревновательная подготовка						
4	Тема 4.1. Соревновательная подготовка в борьбе самбо	-	2	-	20	22
Раздел 5. Восстановительные мероприятия						
5	Тема 5.1. Восстановительные мероприятия в борьбе самбо	-	2	-	20	22
Раздел 6. Судейская практика						
6	Тема 6.1. Судейская практика в борьбе самбо	-	2	-	20	22
Всего за 1 курс		4	14	-	140	158
Второй курс						
Раздел 1. Техничко-тактическая подготовка борца						
7	Тема 1.1. Техничко-тактическая подготовка в борьбе самбо	4	-	-	20	24
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка						
8	Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка в борьбе самбо	-	4	-	40	44
Раздел 3. Предсоревновательная подготовка						
9	Тема 3.1. Предсоревновательная подготовка в борьбе самбо	-	4	-	20	24
Раздел 4. Соревновательная подготовка						
10	Тема 4.1. Соревновательная подготовка в борьбе самбо	-	4	-	20	24
Раздел 5. Восстановительные мероприятия						
11	Тема 5.1. Восстановительные мероприятия в борьбе самбо	-	2	-	20	22
Раздел 6. Судейская практика						
12	Тема 6.1. Судейская практика в борьбе самбо	-	2	-	20	22
Всего за 2 курс:		4	16	-	140	160
Третий курс						
Раздел 1. Техничко-тактическая подготовка борца						
13	Тема 1.1. Техничко-тактическая подготовка в борьбе самбо	-	4		20	24
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка						
14	Тема 2.1. Общая и специальная	-	4		20	24

	физическая подготовка в борьбе самбо					
Раздел 3. Предсоревновательная подготовка						
15	Тема 3.1. Предсоревновательная подготовка в борьбе самбо	2	2		40	44
Раздел 4. Соревновательная подготовка						
16	Тема 4.1. Соревновательная подготовка в борьбе самбо	-	4		20	24
Раздел 5. Восстановительные мероприятия						
17	Тема 5.1. Восстановительные мероприятия в борьбе самбо	2	-		20	22
Раздел 6. Судейская практика						
18	Тема 6.1. Судейская практика в борьбе самбо	-	2		20	22
Всего за 3 курс:		4	16	-	140	160
<i>Четвертый курс</i>						
Раздел 1. Техничко-тактическая подготовка борца						
19	Тема 1.1. Техничко-тактическая подготовка в борьбе самбо	-	2	-	10	12
Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка						
20	Тема 2.1. Общая и специальная физическая подготовка в борьбе самбо	2	-	-	10	12
Раздел 3. Предсоревновательная подготовка						
21	Тема 3.1. Предсоревновательная подготовка в борьбе самбо	2	-	-	10	12
Раздел 4. Соревновательная подготовка						
22	Тема 4.1. Соревновательная подготовка в борьбе самбо	-	2	-	12	14
Раздел 5. Восстановительные мероприятия						
23	Тема 5.1. Восстановительные мероприятия в борьбе самбо	-	2	-	10	12
Всего за 4 курс:		4	6	-	52	62
Итого:		-	68	-	472	540

4.36.4 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профессионально-спортивное совершенствование (спортивные игры)»

Автор-разработчик: Львова Людмила Григорьевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики спортивных игр

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003) для 49.03.01	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1. Знает: - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности, и влияние физических упражнений на данные показатели; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы контроля и

		<p>самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным приёмам игры и их

<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>		342	54	54	44	46	54	54	36
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>				Зач.		Зач.		Зач.	Зач.
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>		198	28	28	28	28	28	28	30
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>		90	14	14	14	14	14	10	10
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		60	10	10	8	8	8	8	8
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		48	7	7	7	7	7	7	6
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	540	82	82	72	74	82	82	66
	<i>зачетные единицы</i>	15		4		4		4	3

Заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	68*(18)	8	10						
<i>В том числе: 68*(18)</i>									
<i>Лекции</i>	18	4		4		2	4	4	
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	50	4	10	6	10	8	6	6	
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>			Зач.		Зач.		Зач.	Зач.	
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	472	70	70	70	70	70	70	52	
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	200	30	30	30	30	30	30	20	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	142	20	20	20	20	20	20	22	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	130	18	18	18	18	18	20	20	
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	540	78	80	80	80	80	80	62
	<i>зачетные единицы</i>	15		4		4		4	3

*из 68 часов – 18 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	1 курс.				
1	Раздел 1. Содержание игровой деятельности.				
	1.1. Введение в предмет «Профессионально-спортивное совершенствование». Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях спортивными играми.		4	4	8
	1.2. Физическая подготовка в спортивных играх.		10 (2ч к.р 1)	4	14
	1.3. Техника игры в нападении и защите. Взаимосвязь подвижных игр с общими физическими качествами.		24 (2ч к.р 2)	10	34
2	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
	2.1. Средства и методы развития физических качеств.		10	6	16
	2.2. Основы методики обучения техническим приемам игры в нападении и защите (баскетбол, футбол, волейбол).		50 (2ч к.р 3)	24	74
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования		10 (2ч к.р 4)	8	18
	Итого за 1 курс		108	56	164
	2 курс.				
1	Раздел 1. Содержание игровой деятельности.				
	1.1. Тактика игры в нападении и защите.		10 (2ч к.р 1)	8	18

	1.2. Специальная физическая подготовка при формировании двухкомпонентных связей.		10	8	18
2	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
	2.1. Совершенствование технических приемов игры в нападении и защите (баскетбол, футбол, волейбол).		30 (2ч к.р 2)	16	46
	2.2. Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите (баскетбол, футбол, волейбол).		30 (2ч к.р 3)	16	46
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования.		10 (2ч к.р 4)	8	18
	Итого за 2 курс		90	56	146
	3 курс				
	Раздел 1. Содержание игровой деятельности.				
1	1.1. Развитие специальных физических качеств у баскетболистов, футболистов, волейболистов.		10 (2ч к.р 1)	8	18
	1.2. Интеграция физических качеств, приемов техники и тактических действий в игровую деятельность.		20 (2ч к.р 2)	8	28
2	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
	2.1. Техническая и тактическая подготовка. Взаимосвязь общей физической и специальной физической подготовки с технической и тактической подготовкой.		58 (2ч к.р 3)	24	82
	2.2. Взаимосвязь подвижных игр со спортивными играми (баскетбол, футбол, волейбол).		10	8	18
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования.		10 (2ч к.р 4)	8	18
	Итого за 3 курс		108	56	164
	4 курс				
1	Раздел 1. Содержание игровой				

	деятельности.				
	1.1. Техничко-тактическая подготовка в спортивных играх.		12	10	22
	1.2. Методы и средства технической и тактической подготовки.		8 (2ч к.р 1)	6	14
2	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
	2.1. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства. Модельные характеристики.		6	6	12
	2.2. Технические средства в обучении и тренировке в спортивных играх.		4	4	8
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования.		6 (2ч к.р 2)	4	10
	Итого за 4 курс		36	30	66
ИТОГО (в часах)			342	198	540

4.2. видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	1 курс.				
1	Раздел 1. Содержание игровой деятельности.				
	1.1. Общие основы теории спортивных игр.	4		40	44
	1.2. Физическая подготовка в спортивных играх.		2	20	22
	1.3. Техника игры в нападении и защите. Взаимосвязь подвижных игр с общими физическими качествами.		4	20	24
2	Раздел 2. Подготовка игроков и				

	команд в спортивных играх.				
	2.1. Средства и методы развития физических качеств.		2	20	22
	2.2. Основы методики обучения техническим приемам игры в нападения и защите (баскетбол, футбол, волейбол).		4	20	24
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования		2	20	22
	Итого за 1 курс	4	14	140	158
	2 курс.				
	Раздел 1. Содержание игровой деятельности.				
1	1.1. Общие основы теории спортивных игр.	4		40	44
	1.2. Тактика игры в нападении и защите. Специальная физическая подготовка при формировании двухкомпонентных связей.		4	20	24
	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
2	2.1. Совершенствование технических приемов игры в нападении и защите (баскетбол, футбол, волейбол).		4	20	24
	2.2. Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите (баскетбол, футбол, волейбол).		6	40	46
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования.		2	20	22
	Итого за 2 курс	4	16	140	160
	3 курс				
	Раздел 1. Содержание игровой деятельности.				
1	1.1. Общие основы теории спортивных игр.	6		40	46
	1.2. Развитие специальных физических качеств у баскетболистов, футболистов, волейболистов. Интеграция физических качеств, приемов техники и тактических действий в игровую деятельность.		6	20	26

2	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
	2.1. Техническая и тактическая подготовка. Взаимосвязь общей физической и специальной физической подготовки с технической и тактической подготовкой.		4	40	44
	2.2. Взаимосвязь подвижных игр со спортивными играми (баскетбол, футбол, волейбол).		2	20	22
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования.		2	20	22
Итого за 3 курс		6	14	140	160
4 курс					
1	Раздел 1. Содержание игровой деятельности.				
	1.1. Общие основы теории спортивных игр.	4		20	24
	1.2. Техничко-тактическая подготовка в спортивных играх. Методы и средства технической и тактической подготовки.		2	10	12
2	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
	2.1..Совершенствование индивидуального спортивного мастерства. Модельные характеристики. Технические средства в обучении и тренировке в спортивных играх.		2	12	14
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования.		2	10	12
Итого за 4 курс		4	6	52	62
ИТОГО (в часах)		18	50	472	540

4.36.5 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профессионально-спортивное совершенствование (лыжный спорт)»

Авторы-разработчики: Багин Николай Анатольевич, кандидат педагогических наук, профессор

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ПК - 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
1	2	3
<p>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования</p>	<p>УК-7.1. Знает: значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; основы планирования и проведения занятий по физической культуре; основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря УК-7.2. Умеет: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при</p>

	<p>спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>выполнении упражнений; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт:</p> <p>проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;</p> <p>- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>
<p>ПК-5.</p> <p>Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>05.003</p> <p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего</p>	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <p><i>Индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося</i></p> <p><i>Комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Методы и средства оценки степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбывающим факторам</i></p> <p><i>Методы и техники самоконтроля занимающегося</i></p> <p><i>Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки</i></p> <p><i>Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду</i></p>

	<p>спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p><i>спорта с учетом спортивной специализации</i> <i>Правила использования спортивного оборудования и инвентаря</i> <i>Предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и "подводки"</i> <i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Структура индивидуального календаря спортивных соревнований</i> <i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> ПК-5.2. Умеет: <i>Выявлять и анализировать случаи травматизма спортсменов во время тренировок</i> <i>Выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов</i> <i>Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося</i> <i>Давать комплексную оценку физической, функциональной подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности</i> <i>Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы</i> <i>Использовать данные дневников самоконтроля для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося</i> <i>Использовать рациональную структуру, средства и методы годовых циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов кандидата мастера спорта, мастера спорта России, мастера спорта международного класса</i> <i>Использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата</i> <i>Использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия</i> <i>Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие</i></p>
--	--	---

		<p><i>стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях</i></p> <p><i>Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения</i></p> <p><i>Координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт</i></p> <p><i>Оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов</i></p> <p><i>Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся</i></p> <p><i>Предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок</i></p> <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p><i>Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря</i></p> <p><i>Контроль выполнения занимающимися плана восстановительных мероприятий</i></p> <p><i>Контроль выполнения планов комплексной подготовки спортивной команды, индивидуальной подготовки спортсменов спортивной сборной команды</i></p> <p><i>Контроль исполнения индивидуальных планов тренировочных занятий занимающимся в период тренировочных сборов, в каникулярный период</i></p> <p><i>Оценка результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося</i></p> <p><i>Подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий</i></p> <p><i>Подготовка проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и</i></p>
--	--	---

	<p>сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства</p> <p>Подготовка рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</p> <p>Составление индивидуального календаря спортивных соревнований</p> <p>Составление плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимся разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>
--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Профессионально-спортивное совершенствование (лыжный спорт)» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-4 курсах при обучении на очной и заочной форме. Вид промежуточной аттестации: *зачёт*.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	342*	54	54	44	46	54	54	36	
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>									
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	342*	54	54	44	46	54	54	36	
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>			<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>	<i>Зач.</i>	
Самостоятельная работа обучающегося	198	28	28	28	28	28	28	30	
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	90	14	14	14	14	14	10	10	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	60	10	10	8	8	8	8	8	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	48	7	7	7	7	7	7	6	
Общая трудоемкость	часы	540	82	82	72	74	82	82	66
	зачетные единицы	15		4		4		4	3

*из 342 часов – 342 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	68	8	10	10	10	10	10	10	
В том числе:									
Лекции	18	2	2	4	2	4	2	2	
Семинарские занятия									
Практические занятия	50	6	8	6	8	6	8	8	
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация			Зач.		Зач.		Зач.	Зач.	
Самостоятельная работа обучающегося	472	70	70	70	70	70	70	52	
В том числе:									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты									
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала	270	40	40	40	40	40	40	30	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	70	10	10	10	10	10	10	10	
Подготовка к промежуточной аттестации	132	20	20	20	20	20	20	12	
Общая трудоемкость	часы	540	82	82	72	74	82	82	66
	зачетные единицы	15		4		4		4	3

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1 курс (1-2 семестр)					
1	Тема 1. Физические качества и методика их развития в лыжном спорте		12	6	18
2	Тема 2. ОРУ и методика их проведения		10	4	14
3	Тема 3. Специальные развивающие упражнения лыжников-гонщиков		10	4	14
4	Тема 4. Подводящие упражнения для овладения		8	4	12

	техникой передвижения на лыжах				
5	Тема 5. Применение технических средств для овладения техникой передвижения на лыжах		8	4	12
6	Тема 6. Техника безопасности при проведении занятий лыжным спортом		8	4	12
7	Тема 7. Методика начального обучения передвижению на лыжах		14	6	20
8	Тема 8. Техника и методика начального обучения лыжным классическим ходам		12	6	18
9	Тема 9. Техника и методика начального обучения подъемам и спускам		8	6	14
10	Тема 10. Техника и методика начального обучения поворотам и торможениям		6	6	12
11	Тема 11. Техника и методика начального обучения коньковым лыжным ходам		12	6	18
Итого за 1 курс			108	56	164
2 курс (3-4 семестр)					
12	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки.		8	4	12
13	Тема 2. Развитие физических качеств (общая выносливость, специальная выносливость, скоростно-силовая выносливость).		8	6	14
14	Тема 3. Развитие физических качеств средствами ОФП и играми.		8	4	12
15	Тема 4. Развитие физических качеств специальными средствами подготовки.		8	6	14
16	Тема 5. Совершенствование техники передвижения на лыжах		10	6	16
17	Тема 6. Применение технических средств для подготовки лыжников-гонщиков		6	6	12
18	Тема 7. Контроль за уровнем развития физических качеств спортсмена		8	6	14
19	Тема 8. Совершенствование способов передвижения на лыжах		16	6	22
20	Тема 9. Совершенствование техники преодоления подъемов и спусков		10	6	16
21	Тема 10. Совершенствование техники поворотов в движении		8	6	14
Итого за 2 курс			90	56	146
3 курс (5-6 семестр)					
22	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки		6	4	10
23	Тема 2. Развитие физических качеств средствами ОФП и играми. в подготовительном периоде		14	6	20
24	Тема 3. Развитие физических качеств специальными средствами подготовки.		12	6	18

25	Тема 4. Совершенствование техники передвижения на лыжах		10	6	16
26	Тема 5. Применение технических средств для подготовки лыжников-гонщиков		10	6	16
27	Тема 6. Контроль за уровнем развития физических качеств		10	6	16
28	Тема 7. Совершенствование техники передвижения на лыжах		20	6	26
29	Тема 8. Совершенствование техники преодоления подъемов и спусков		10	6	16
30	Тема 9. Совершенствование техники поворотов в движении на лыжах		8	6	14
31	Тема 10. Организация и проведение соревнований в лыжном спорте		8	4	12
Итого за 3 курс			108	56	164
4 курс (7 семестр)					
32	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки.		4	6	10
33	Тема 2. Методика тренировки в лыжном спорте		6	6	12
34	Тема 3. Методика проведения тренировочных занятий в лыжном спорте		12	6	18
35	Тема 4. Совершенствование знаний умений и навыков при проведении соревнований		6	6	12
36	Тема 5. Контроль за уровнем подготовленности спортсменов		8	6	14
Итого за 4 курс			36	30	66
ИТОГО (в часах)			342	198	540

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1 курс (1-2 семестр)					
1	Тема 1. Физические качества и методика их развития в лыжном спорте	2	4	12	18
2	Тема 2. ОРУ и методика их проведения			14	14
3	Тема 3. Специальные развивающие упражнения лыжников-гонщиков		2	12	14

4	Тема 4. Подводящие упражнения для овладения техникой передвижения на лыжах		2	8	10
5	Тема 5. Применение технических средств для овладения техникой передвижения на лыжах		2	8	10
6	Тема 6. Техника безопасности при проведении занятий лыжным спортом			12	12
7	Тема 7. Методика начального обучения передвижению на лыжах	2	2	16	20
8	Тема 8. Техника и методика начального обучения лыжным классическим ходам		2	16	18
9	Тема 9. Техника и методика начального обучения подъемам и спускам			14	14
10	Тема 10. Техника и методика начального обучения поворотам и торможениям			12	12
11	Тема 11. Техника и методика начального обучения коньковым лыжным ходам			16	16
Итого за 1 курс		4	14	140	158
2 курс (3-4 семестр)					
12	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки.	4	2	8	14
13	Тема 2. Развитие физических качеств (общая выносливость, специальная выносливость, скоростно-силовая выносливость).	2	2	14	18
14	Тема 3. Развитие физических качеств средствами ОФП и играми.			12	12
15	Тема 4. Развитие физических качеств специальными средствами подготовки.		2	14	16
16	Тема 5. Совершенствование техники передвижения на лыжах		2	14	16
17	Тема 6. Применение технических средств для подготовки лыжников-гонщиков		2	12	14
18	Тема 7. Контроль за уровнем развития физических качеств спортсмена		2	12	14
19	Тема 8. Совершенствование способов передвижения на лыжах		2	20	22
20	Тема 9. Совершенствование техники преодоления подъемов и спусков			18	18
21	Тема 10. Совершенствование техники поворотов в движении			16	16
Итого за 2 курс		6	14	140	160
3 курс (5-6 семестр)					
22	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки		4	10	14
23	Тема 2. Развитие физических качеств средствами ОФП и играми.в подготовительном периоде			20	20
24	Тема 3. Развитие физических качеств			18	18

	специальными средствами подготовки.				
25	Тема 4. Совершенствование техники передвижения на лыжах			16	16
26	Тема 5. Применение технических средств для подготовки лыжников-гонщиков	2	2	8	12
27	Тема 6. Контроль за уровнем развития физических качеств	2	2	8	12
28	Тема 7. Совершенствование техники передвижения на лыжах			26	26
29	Тема 8. Совершенствование техники преодоления подъемов и спусков		2	14	16
30	Тема 9. Совершенствование техники поворотов в движении на лыжах		2	12	14
31	Тема 10. Организация и проведение соревнований в лыжном спорте	2	2	8	12
Итого за 3 курс		6	14	140	160
4 курс (7 семестр)					
32	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки.			10	10
33	Тема 2. Методика тренировки в лыжном спорте	2	2	6	10
34	Тема 3. Методика проведения тренировочных занятий в лыжном спорте		2	12	14
35	Тема 4. Совершенствование знаний умений и навыков при проведении соревнований		2	14	16
36	Тема 5. Контроль за уровнем подготовленности спортсменов		2	10	12
Итого за 4 курс		2	8	52	62
ИТОГО (в часах)		18	50	472	540

4.36.6 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профессионально-спортивное совершенствование (спортивное ориентирование)»

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ПК - 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003) для 49.03.01	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>		<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности, и влияние физических упражнений на данные показатели; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать

		<p>уровень физической подготовленности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным приёмам и их разновидностям в ИВС; - современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; <p>ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить анализ техники в ИВС; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС; - подбирать методы и средства технической и тактической подготовки; - выбирать педагогические критерии и показатели для оценки

		техники выполнения упражнений; ПК - 5.3. Имеет опыт: - обучения технике и тактике спортивного ориентирования, развития двигательных способностей; - совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий;
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Профессионально-спортивное совершенствование (спортивное ориентирование)» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-4 курсах при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: *зачёт*.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	342	54	54	44	46	54	54	36	
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>									
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	342	54	54	44	46	54	54	36	
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>			<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>	<i>Зач.</i>	
Самостоятельная работа обучающегося	198	28	28	28	28	28	28	30	
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	90	14	14	14	14	14	10	10	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	60	10	10	8	8	8	8	8	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	48	7	7	7	7	7	7	6	
Общая трудоемкость	часы	540	82	82	72	74	82	82	66
	зачетные единицы	15		4		4		4	3

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1 курс (1-2 семестр)					
1	Тема 1. Физические качества и методика их развития в спортивном ориентировании		12	6	18
2	Тема 2. ОРУ и методика их проведения		10	4	14
3	Тема 3. Специальные развивающие упражнения спортсменов-ориентировщиков		10	4	14
4	Тема 4. Подводящие упражнения для овладения техникой спортивного ориентирования		8	4	12
5	Тема 5. Применение технических средств для овладения техникой передвижения в спортивном ориентировании на лыжах		8	4	12
6	Тема 6. Техника безопасности при проведении занятий спортивным ориентированием		8	4	12
7	Тема 7. Методика начального обучения передвижению в спортивном ориентировании на лыжах		14	6	20
8	Тема 8. Техника и методика начального обучения лыжным классическим ходам		12	6	18
9	Тема 9. Техника и методика начального обучения подъемам и спускам		8	6	14
10	Тема 10. Техника и методика начального обучения поворотам и торможениям		6	6	12
11	Тема 11. Техника и методика начального обучения коньковым лыжным ходам		12	6	18
Итого за 1 курс			108	56	164
2 курс (3-4 семестр)					
12	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки.		8	4	12
13	Тема 2. Развитие физических качеств (общая выносливость, специальная выносливость, скоростно-силовая выносливость).		8	6	14
14	Тема 3. Развитие физических качеств средствами ОФП и играми.		8	4	12
15	Тема 4. Развитие физических качеств специальными средствами подготовки.		8	6	14
16	Тема 5. Совершенствование техники		10	6	16

	спортивного ориентирования				
17	Тема 6. Применение технических средств для подготовки спортсменов ориентировщиков		6	6	12
18	Тема 7. Контроль за уровнем развития физических качеств спортсмена		8	6	14
19	Тема 8. Совершенствование способов передвижения в лыжном спортивном ориентировании		16	6	22
20	Тема 9. Совершенствование техники преодоления подъемов и спусков		10	6	16
21	Тема 10. Совершенствование техники поворотов в движении		8	6	14
Итого за 2 курс			90	56	146
3 курс (5-6 семестр)					
22	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки		6	4	10
23	Тема 2. Развитие физических качеств средствами ОФП и играми.в подготовительном периоде		14	6	20
24	Тема 3. Развитие физических качеств специальными средствами подготовки.		12	6	18
25	Тема 4. Совершенствование техники спортивного ориентирования		10	6	16
26	Тема 5. Применение технических средств для подготовки спортсменов ориентировщиков		10	6	16
27	Тема 6. Контроль за уровнем развития физических качеств		10	6	16
28	Тема 7. Совершенствование техники передвижения в спортивном ориентировании на лыжах		20	6	26
29	Тема 8. Совершенствование техники преодоления подъемов и спусков		10	6	16
30	Тема 9. Совершенствование техники поворотов в движении на лыжах		8	6	14
31	Тема 10. Организация и проведение соревнований в спортивном ориентировании		8	4	12
Итого за 3 курс			108	56	164
4 курс (7 семестр)					
32	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки.		4	6	10
33	Тема 2. Методика тренировки в спортивном ориентировании		6	6	12
34	Тема 3. Методика проведения тренировочных занятий в спортивном ориентировании бегом и на лыжах		12	6	18
35	Тема 4. Совершенствование знаний умений и навыков при проведении соревнований		6	6	12

36	Тема 5. Контроль за уровнем подготовленности спортсменов		8	6	14
Итого за 4 курс			36	30	66
ИТОГО (в часах)			342	198	540

4.36.7 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Профессионально-спортивное совершенствование (лыжный спорт и спортивное ориентирование)»

Авторы-разработчики:

Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук, доцент

Багин Николай Анатольевич, кандидат педагогических наук, профессор

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ПК - 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
1	2	3
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования	УК-7.1. Знает: значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; основы планирования и проведения занятий по физической культуре; основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря УК-7.2. Умеет: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при

	<p>спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p>выполнении упражнений; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт: проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>
<p>ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>05.003</p> <p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего</p>	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <p><i>Индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося</i></p> <p><i>Комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Методы и средства оценки степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбывающим факторам</i></p> <p><i>Методы и техники самоконтроля занимающегося</i></p> <p><i>Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки</i></p> <p><i>Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду</i></p>

	<p>спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p><i>спорта с учетом спортивной специализации</i> <i>Правила использования спортивного оборудования и инвентаря</i> <i>Предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и "подводки"</i> <i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Структура индивидуального календаря спортивных соревнований</i> <i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> ПК-5.2. Умеет: <i>Выявлять и анализировать случаи травматизма спортсменов во время тренировок</i> <i>Выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов</i> <i>Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося</i> <i>Давать комплексную оценку физической, функциональной подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности</i> <i>Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы</i> <i>Использовать данные дневников самоконтроля для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося</i> <i>Использовать рациональную структуру, средства и методы годовых циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов кандидата мастера спорта, мастера спорта России, мастера спорта международного класса</i> <i>Использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата</i> <i>Использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия</i> <i>Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие</i></p>
--	--	---

		<p><i>стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях</i></p> <p><i>Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения</i></p> <p><i>Координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт</i></p> <p><i>Оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов</i></p> <p><i>Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся</i></p> <p><i>Предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок</i></p> <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p><i>Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря</i></p> <p><i>Контроль выполнения занимающимися плана восстановительных мероприятий</i></p> <p><i>Контроль выполнения планов комплексной подготовки спортивной команды, индивидуальной подготовки спортсменов спортивной сборной команды</i></p> <p><i>Контроль исполнения индивидуальных планов тренировочных занятий занимающимся в период тренировочных сборов, в каникулярный период</i></p> <p><i>Оценка результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося</i></p> <p><i>Подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий</i></p> <p><i>Подготовка проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и</i></p>
--	--	---

	<p><i>сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства</i></p> <p><i>Подготовка рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</i></p> <p><i>Составление индивидуального календаря спортивных соревнований</i></p> <p><i>Составление плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимся разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</i></p>
--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Профессионально-спортивное совершенствование (лыжный спорт и спортивное ориентирование)» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-4 курсах при обучении на очной и заочной форме. Вид промежуточной аттестации: *зачёт*.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	342*	54	54	44	46	54	54	36	
В том числе:									
Лекции									
Семинарские занятия									
Практические занятия	342*	54	54	44	46	54	54	36	
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация			Зач.		Зач.		Зач.	Зач.	
Самостоятельная работа обучающегося	198	28	28	28	28	28	28	30	
В том числе:									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты									
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала	90	14	14	14	14	14	10	10	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	60	10	10	8	8	8	8	8	
Подготовка к промежуточной аттестации	48	7	7	7	7	7	7	6	
Общая трудоемкость	часы	540	82	82	72	74	82	82	66
	зачетные	15		4		4		4	3

	единицы									
--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

*из 342 часов – 342 в активной и интерактивной формах

.Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	68	8	10	10	10	10	10	10	
В том числе:									
Лекции	18	2	2	4	2	4	2	2	
Семинарские занятия									
Практические занятия	50	6	8	6	8	6	8	8	
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация			Зач.		Зач.		Зач.	Зач.	
Самостоятельная работа обучающегося	472	70	70	70	70	70	70	52	
В том числе:									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты									
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала	270	40	40	40	40	40	40	30	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	70	10	10	10	10	10	10	10	
Подготовка к промежуточной аттестации	132	20	20	20	20	20	20	12	
Общая трудоемкость	часы	540	82	82	72	74	82	82	66
	зачетные единицы	15		4		4		4	3

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1 курс (1-2 семестр)					
1	Тема 1. Физические качества и методика их развития в лыжном спорте и спортивном ориентировании		12	6	18
2	Тема 2. ОРУ и методика их проведения		10	4	14
3	Тема 3. Специальные развивающие упражнения лыжников-гонщиков и ориентировщиков		10	4	14
4	Тема 4. Подводящие упражнения для овладения техникой передвижения на лыжах в лыжных гонках и спортивном ориентировании		8	4	12
5	Тема 5. Применение технических средств для овладения техникой передвижения на лыжах в лыжных гонках и спортивном ориентировании		8	4	12
6	Тема 6. Техника безопасности при проведении занятий лыжным спортом и спортивным ориентированием		8	4	12
7	Тема 7. Методика начального обучения передвижению на лыжах в лыжных гонках и спортивном ориентировании		14	6	20
8	Тема 8. Техника и методика начального обучения лыжным классическим ходам		12	6	18
9	Тема 9. Техника и методика начального обучения подъемам и спускам		8	6	14
10	Тема 10. Техника и методика начального обучения поворотам и торможениям		6	6	12
11	Тема 11. Техника и методика начального обучения коньковым лыжным ходам		12	6	18
Итого за 1 курс			108	56	164
2 курс (3-4 семестр)					
12	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки.		8	4	12
13	Тема 2. Развитие физических качеств (общая выносливость, специальная выносливость,		8	6	14

	скоростно-силовая выносливость).				
14	Тема 3. Развитие физических качеств средствами ОФП и играми.		8	4	12
15	Тема 4. Развитие физических качеств специальными средствами подготовки.		8	6	14
16	Тема 5. Совершенствование техники передвижения на лыжах в лыжных гонках и спортивном ориентировании		10	6	16
17	Тема 6. Применение технических средств для подготовки лыжников-гонщиков и спортсменов-ориентировщиков		6	6	12
18	Тема 7. Контроль за уровнем развития физических качеств спортсмена		8	6	14
19	Тема 8. Совершенствование способов передвижения на лыжах в лыжных гонках и спортивном ориентировании		16	6	22
20	Тема 9. Совершенствование техники преодоления подъемов и спусков		10	6	16
21	Тема 10. Совершенствование техники поворотов в движении		8	6	14
Итого за 2 курс			90	56	146
3 курс (5-6 семестр)					
22	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки		6	4	10
23	Тема 2. Развитие физических качеств средствами ОФП и играми.в подготовительном периоде		14	6	20
24	Тема 3. Развитие физических качеств специальными средствами подготовки.		12	6	18
25	Тема 4. Совершенствование техники передвижения на лыжах в лыжных гонках и спортивном ориентировании		10	6	16
26	Тема 5. Применение технических средств для подготовки лыжников-гонщиков и спортсменов-ориентировщиков		10	6	16
27	Тема 6. Контроль за уровнем развития физических качеств		10	6	16
28	Тема 7. Совершенствование техники передвижения на лыжах		20	6	26
29	Тема 8. Совершенствование техники преодоления подъемов и спусков		10	6	16
30	Тема 9. Совершенствование техники поворотов в движении на лыжах		8	6	14
31	Тема 10. Организация и проведение соревнований в лыжном спорте и спортивном ориентировании		8	4	12
Итого за 3 курс			108	56	164

4 курс (7 семестр)					
32	Тема 1. Планирование нагрузок в годичном цикле тренировки.		4	6	10
33	Тема 2. Методика тренировки в лыжном спорте и спортивном ориентировании		6	6	12
34	Тема 3. Методика проведения тренировочных занятий в лыжном спорте и спортивном ориентировании		12	6	18
35	Тема 4. Совершенствование знаний умений и навыков при проведении соревнований		6	6	12
36	Тема 5. Контроль за уровнем подготовленности спортсменов		8	6	14
Итого за 4 курс			36	30	66
ИТОГО (в часах)			342	198	540

4.37.1 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (легкая атлетика)»

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, к.п.н., доцент теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4- Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>ПК-4.1 Знает: <i>Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации</i> <i>Антидопинговые правила</i> <i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Адаптация и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках</i> <i>Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований</i> <i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса</i> <i>Индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося</i> <i>Положения хартии международной олимпийской организации</i></p>

		<p><i>Особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров)</i></p> <p><i>Показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося</i></p> <p><i>Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Правила вида спорта</i></p> <p><i>Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</i></p> <p><i>Приемы и методы восстановления после физических нагрузок</i></p> <p><i>Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Структура индивидуального календаря спортивных соревнований</i></p> <p><i>Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией</i></p> <p><i>Этические нормы в области спорта</i></p> <p>ПК-4 2 Умеет:</p> <p><i>Определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося</i></p> <p><i>Производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании</i></p> <p><i>Формировать структуру действий занимающегося в зависимости от фазы соревновательной деятельности</i></p> <p><i>Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях</i></p> <p><i>Мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин</i></p> <p><i>Использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к</i></p>
--	--	---

		<p>главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия</p> <p>Оценивать и координировать навыки планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности занимающегося</p> <p>Вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях</p> <p>Координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт</p> <p>Применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям</p> <p>Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры</p> <p>Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</p> <p>Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося</p> <p>ПК-4.3 Имеет опыт:</p> <p>Моделирование соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности</p> <p>Проектирование системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности занимающегося (предстартовая, собственно соревнование, фаза последействия) и действий занимающегося</p> <p>Определение общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям</p> <p>Выбор тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников</p> <p>Формирование мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, психолого-методическая поддержка занимающегося в период соревнований</p> <p>Анализ и разбор с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучение кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной</p>
--	--	--

4.2	Организация и тестирование физической подготовленности населения.	2		2		6	10
4.3	Регистрация, допуск участников. Календарь тестирования нормативов ВФСК ГТО		2			2	4
Раздел 5. Волонтеры							
5.1	Волонтерское движение.	2				2	4
5.2	Организация работы волонтерских центров и волонтеров на спортивных объектах.			2		2	4
ИТОГО (в часах)		10	8	12		42	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Судейство соревнований							
1.1	Подготовка и проведение физкультурно-массовых мероприятий и соревнований.		2			4	6
1.2	Меры для обеспечения безопасности при проведении физкультурно-массовых мероприятий и соревнований			2		4	4
1.3	Судейская коллегия конкретного соревнования.					6	6
1.4	Обязанности судей и инструктаж.					4	4
Раздел 2. Организация соревнований.							
2.1	Организации, проводящие соревнования.			2		4	4
2.2	Положение о соревнованиях. Смета соревнований					4	4
2.3	Допуск участника, заявки					4	4
Раздел 3. Места проведения физкультурно-массовых мероприятий и соревнований по легкой атлетике.							
3.1	Инвентарь и оборудование для соревнований по легкой атлетике.					4	8
3.3	Места соревнований по бегу и спортивной ходьбе вне стадиона и на стадионе.			2		4	6
Раздел 4. Тестирование физической подготовленности населения ВФСК ГТО							
4.1	Этапы тестирования ВФСК ГТО. Организация работы центра тестирования.					4	4
4.2	Организация и тестирование физической подготовленности населения.			2		8	10
4.3	Регистрация, допуск участников. Календарь тестирования нормативов ВФСК ГТО					4	4
Раздел 5. Волонтеры							
5.1	Волонтерское движение.					4	4
5.2	Организация работы волонтерских центров и					4	4

	волонтеров на спортивных объектах.						
ИТОГО (в часах)			2	8		62	72

4.37.2 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (гимнастика)»

Автор-разработчик: Семенов Денис Викторович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов	05.003 D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	ПК-4. Знает: - методику организации и проведения массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; - технологию составления документов учета и отчетности в сфере физической культуры; - технологию организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - Методики отбора занимающихся для участия в спортивном соревновании, правила допуска занимающихся к участию в соревнованиях по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на тренировочном этапе спортивной подготовки, на этапе совершенствования спортивного мастерства,

		<p><i>высшего спортивного мастерства по виду спорта;</i></p> <ul style="list-style-type: none"><i>- Показатели результативности соревновательной деятельности занимающихся;</i><i>- Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i><i>- Порядок составления отчетной документации по подготовке занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i><i>- Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i><i>- Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i><i>- Модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;</i><i>- Особенности построения соревновательной деятельности в</i>
--	--	---

		<p><i>экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров);</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности по спортивной гимнастике, достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации;</i> - <i>Антидопинговые правила;</i> - <i>Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;</i> - <i>Правила вида спорта (спортивная гимнастика);</i> - <i>Этические нормы в области спорта;</i> <p>ПК-4. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>организовывать и проводить массовые физкультурные и спортивно-зрелищные мероприятия;</i> - <i>составлять документы учета и отчетности в сфере физической культуры;</i> - <i>организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</i> - <i>Разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила использования экипировки, спортивного инвентаря и</i>
--	--	---

		<p>оборудования;</p> <ul style="list-style-type: none">- <i>Формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;</i>- <i>Моделировать в тренировке условия проведения реальных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i>- <i>Мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;</i>- <i>Применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям;</i>- <i>Определять соревновательные цели и задачи занимающегося для достижения спортивного результата;</i>- <i>Оценивать результаты выступления занимающихся на соревнованиях, выявлять технические и тактические ошибки;</i>- <i>Обеспечивать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</i>
--	--	--

		<p>- <i>Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры;</i></p> <p>- <i>Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</i></p>
		<p>ПК-4. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>организации и проведения массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;</i> - <i>составления документов учета и отчетности в сфере физической культуры;</i> - <i>организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</i> - <i>Разъяснения правил участия в спортивном соревновании, правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования;</i> - <i>Формулировки спортивных целей и разработки модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;</i> - <i>Моделирования в тренировке условий проведения реальных соревнований по виду спорта (группе</i>

		<p><i>спортивных дисциплин);</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Мотивирования занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;</i> - <i>Применения средств общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям;</i> - <i>Определения соревновательных целей и задач занимающегося для достижения спортивного результата;</i> - <i>Оценивания результатов выступления занимающихся на соревнованиях, выявления технических и тактических ошибок;</i> - <i>Обеспечения выполнения формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях;</i> - <i>Определения и контроля справедливости судейства, инициирования и реализации апелляционных процедур</i>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (гимнастика)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	30*							30*	
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>10</i>							<i>10</i>	
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	<i>20</i>							<i>20</i>	
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>								<i>зачет</i>	
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	42							42	
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>20</i>							<i>20</i>	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	<i>16</i>							<i>16</i>	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	<i>6</i>							<i>6</i>	

4.37.3 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (единоборства)»

Авторы-разработчики: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

Васильков Игорь Евгеньевич, старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов	05.003 D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	ПК-4. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - методику организации и проведения массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; - технологию составления документов учета и отчетности в сфере физической культуры; - технологию организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - Методики отбора занимающихся для участия в спортивном соревновании, правила допуска занимающихся к участию в соревнованиях по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на тренировочном этапе

		<p><i>спортивной подготовки, на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта;</i></p> <ul style="list-style-type: none"><i>- Показатели результативности соревновательной деятельности занимающихся;</i><i>- Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i><i>- Порядок составления отчетной документации по подготовке занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i><i>- Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i><i>- Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i><i>- Модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;</i>
--	--	---

		<p>- Особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров);</p> <p>- Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности по единоборствам, достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации;</p> <p>- Антидопинговые правила;</p> <p>- Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;</p> <p>- Правила вида спорта (самбо);</p> <p>- Этические нормы в области спорта;</p> <hr/> <p>ПК-4. Умеет:</p> <p>- организовывать и проводить массовые физкультурные и спортивно-зрелищные мероприятия;</p> <p>- составлять документы учета и отчетности в сфере физической культуры;</p> <p>- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</p> <p>- Разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила</p>
--	--	--

		<p>использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования;</p> <ul style="list-style-type: none">- <i>Формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;</i>- <i>Моделировать в тренировке условия проведения реальных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i>- <i>Мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;</i>- <i>Применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям;</i>- <i>Определять соревновательные цели и задачи занимающегося для достижения спортивного результата;</i>- <i>Оценивать результаты выступления занимающихся на соревнованиях, выявлять технические и тактические ошибки;</i>- <i>Обеспечивать выполнение формальных процедур для обеспечения</i>
--	--	---

		<p>участия занимающегося в спортивных соревнованиях</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры; - Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях <p>ПК-4. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации и проведения массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; - составления документов учета и отчетности в сфере физической культуры; - организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - Разъяснения правил участия в спортивном соревновании, правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования; - Формулировки спортивных целей и разработки модели мотивированного поведения занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; - Моделирования в тренировке условий
--	--	--

		<p><i>проведения реальных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Мотивирования занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;</i> - <i>Применения средств общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям;</i> - <i>Определения соревновательных целей и задач занимающегося для достижения спортивного результата;</i> - <i>Оценивания результатов выступления занимающихся на соревнованиях, выявления технических и тактических ошибок;</i> - <i>Обеспечения выполнения формальных процедур для обеспечения участия, занимающегося в спортивных соревнованиях;</i> - <i>Определения и контроля справедливости судейства, инициирования и реализации апелляционных процедур</i>
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (единоборства)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	30*							30	
<i>В том числе:</i>									
Лекции	10							10	
Семинарские занятия									
Практические занятия	20							20	
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация (зачет)								зачет	
Самостоятельная работа обучающегося	42							42	
<i>В том числе:</i>									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты									
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала	20							20	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	16							16	
Подготовка к промежуточной аттестации	6							6	
В том числе:	часы							72	
	зачетные единицы	2						2	

*из 30 часов – 10 в активной и интерактивной формах

3.2. Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	10*								10		
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	2								2		
<i>Семинарские занятия</i>											
<i>Практические занятия</i>	8								8		
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>											
Самостоятельная работа обучающегося	62								62		
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>											
<i>Расчётно-графические работы</i>											
<i>Рефераты</i>											
<i>Письменные самостоятельные работы</i>											
<i>Изучение теоретического материала</i>	50								50		
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>											
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	12								12		
Общая трудоемкость	часы	72							72		
	зачетные единицы	2							2		

*из 10 часов – 4 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий	4	-	10	-	20	34
2.	Организация и проведение спортивных соревнований	6	-	10	-	22	38
ИТОГО (в часах)		10	-	20	-	42	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий	2	-	2	-	26	30
2.	Организация и проведение спортивных соревнований	-	-	6	-	36	42
ИТОГО (в часах)		2	-	8	-	62	72

4.37.4 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (спортивные игры)»

Автор-разработчик: Гладченко Денис Александрович, к. биол. наук, преподаватель кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотношенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
ПК-4Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.	<p>D/01.6Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>ПК-4.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методику организации и проведения массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; - технологию составления документов учета и отчетности в сфере физической культуры; - технологию организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - методики отбора занимающихся для участия в спортивном соревновании, правила допуска занимающихся к участию в соревнованиях по виду спорта; - минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на тренировочном этапе спортивной подготовки, на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта; - показатели результативности

		<p>соревновательной деятельности занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта; - порядок составления отчетной документации по подготовке занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами тренировочного этапа по виду спорта; - содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта; - требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией; - модельные характеристики подготовленности по виду спорта и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса; - особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров); - антидопинговые правила; - методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований; - Правила вида спорта (спортивные игры); - Этические нормы в области спорта; <p>ПК-4.2 Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить массовые физкультурные и спортивно-зрелищные мероприятия; - составлять документы учета
--	--	--

	<p>и отчетности в сфере физической культуры;</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала - оценивать уровень спортивного результата занимающегося, способность показывать наивысшие результаты в экстремальных условиях, соревновательный опыт, умение приспособливаться к условиям конкретных соревнований - разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования; - формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения, занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; - моделировать в тренировке условия проведения реальных соревнований по виду спорта; - мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта; - применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям; - определять соревновательные цели и задачи занимающегося для достижения спортивного
--	--

		<p><i>результата;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>оценивать результаты выступления занимающихся на соревнованиях, выявлять технические и тактические ошибки;</i> - <i>обеспечивать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</i> - <i>определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры;</i> - <i>контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</i> <p>ПК-4.3 Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>организации и проведения массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;</i> - <i>составления документов учета и отчетности в сфере физической культуры;</i> - <i>организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</i> - <i>проектирование системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности занимающегося (предстартовая, собственно соревнование, фаза последствий) и действий занимающегося</i> - <i>подготовка занимающихся по инструкторской и судейской практике;</i> - <i>разъяснения правил участия в спортивном соревновании, правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования;</i> - <i>формулировки спортивных</i>
--	--	---

		<p>целей и разработки модели мотивированного поведения, занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям;</p> <ul style="list-style-type: none"> - моделирования в тренировке условий проведения реальных соревнований по виду спорта; - мотивирования занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта; - применения средств общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям; - определения соревновательных целей и задач занимающегося для достижения спортивного результата; - оценивания результатов выступления занимающихся на соревнованиях, выявления технических и тактических ошибок; - обеспечения выполнения формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях; - определения и контроля справедливости судейства, инициирования и реализации апелляционных процедур
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (спортивные игры)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачет.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
---------------------------	--------------------	-----------------

Контактная работа преподавателей с обучающимися		10*										10*								
<i>В том числе:</i>																				
<i>Лекции</i>		2										2								
<i>Семинарские занятия</i>																				
<i>Практические занятия</i>		8										8								
<i>Лабораторные работы</i>																				
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>		зачет										зачет								
Самостоятельная работа обучающегося		62										62								
<i>В том числе:</i>																				
<i>Курсовая работа</i>																				
<i>Расчётно-графические работы</i>																				
<i>Рефераты</i>																				
<i>Письменные самостоятельные работы</i>																				
<i>Изучение теоретического материала</i>		50										50								
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>																				
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		12										12								
Общая трудоемкость	часы	72										72								
	зачетные единицы	2										2								

*из 10 часов – 10 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
4 курс, 7 семестр							
1	Тема 1. Теоретические аспекты проведения соревнований	2	-	2	-	8	12
2	Тема 2. Классификация соревнований	2	-	2	-	6	10
3	Тема 3. Организация и проведение соревнований	2	-	8	-	10	20
4	Тема 4. Систем проведения соревнований	2	-	6	-	12	20
5	Тема 5. Физкультурно-массовые мероприятия	2		2	-	6	10
ИТОГО (в часах)		10	-	20	-	42	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
4 курс, 8 семестр							
1	Тема 1. Теоретические аспекты проведения соревнований	-	-	2	-	10	12
2	Тема 2. Классификация соревнований	-	-	2	-	14	16
3	Тема 3. Организация и проведение соревнований	2	-	2	-	14	18
4	Тема 4. Систем проведения соревнований	-	-	2	-	14	16
5	Тема 5. Физкультурно-массовые мероприятия	-	-	-	-	10	10
ИТОГО (в часах)		2	-	8	-	62	72

4.37.5 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (лыжный спорт)»

Авторы-разработчики: Багин Николай Анатольевич, кандидат педагогических наук, профессор кафедры теории и методики лыжного спорта

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики лыжного спорта

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотнесенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
<p>ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>ПК-4.1 Знает: <i>Уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации</i> <i>Антидопинговые правила</i> <i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Адаптация и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках</i> <i>Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований</i> <i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p>

		<p><i>Модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса</i></p> <p><i>Индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося</i></p> <p><i>Положения хартии международной олимпийской организации</i></p> <p><i>Особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров)</i></p> <p><i>Показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося</i></p> <p><i>Положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Правила вида спорта</i></p> <p><i>Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</i></p> <p><i>Приемы и методы восстановления после физических нагрузок</i></p> <p><i>Содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Структура индивидуального календаря спортивных соревнований</i></p> <p><i>Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по</i></p>
--	--	---

		<p><i>виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией</i></p> <p><i>Этические нормы в области спорта</i></p>
		<p><i>ПК-4 2 Умеет:</i></p> <p><i>Определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося</i></p> <p><i>Производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании</i></p> <p><i>Формировать структуру действий занимающегося в зависимости от фазы соревновательной деятельности</i></p> <p><i>Использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях</i></p> <p><i>Мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин</i></p> <p><i>Использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия</i></p> <p><i>Оценивать и координировать навыки планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности занимающегося</i></p> <p><i>Вести мониторинг и контроль</i></p>

		<p><i>физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях</i></p> <p><i>Координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт</i></p> <p><i>Применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям</i></p> <p><i>Определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры</i></p> <p><i>Контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</i></p> <p><i>Выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося</i></p>
		<p>ПК-4.3 Имеет опыт:</p> <p><i>Моделирование соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности</i></p> <p><i>Проектирование системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности занимающегося (предстартовая, собственно соревнование, фаза последствий) и действий занимающегося</i></p> <p><i>Определение общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям</i></p> <p><i>Выбор тактического варианта</i></p>

		<p>выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников</p> <p>Формирование мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, психолого-методическая поддержка занимающегося в период соревнований</p> <p>Анализ и разбор с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучение кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной</p> <p>Контроль прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-контроля</p> <p>Контроль справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур</p>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта» (лыжный спорт) относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	30*							30*	
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>10</i>							<i>10</i>	
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	<i>20</i>							<i>20</i>	

<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>		<i>зачет</i>							<i>зачет</i>
Самостоятельная работа обучающегося		62							62
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>		<i>50</i>							<i>50</i>
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>									
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		<i>12</i>							<i>12</i>
<i>В том числе:</i>	часы	72							72
	зачетные единицы	2							2

**из 10 часов – 10 в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
4 курс, 7 семестр							
1	Тема 1. Теоретические аспекты проведения соревнований	2	-	2	-	8	12
2	Тема 2. Классификация соревнований	2	-	2	-	6	10
3	Тема 3. Организация и проведение соревнований	2	-	8	-	10	20

4	Тема 4. Систем проведения соревнований	2	-	6	-	12	20
5	Тема 5. Физкультурно-массовые мероприятия	2		2	-	6	10
ИТОГО (в часах)		10	-	20	-	42	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
4 курс, 8 семестр							
1	Тема 1. Теоретические аспекты проведения соревнований	2	-	-	-	12	14
2	Тема 2. Классификация соревнований		-	2	-	10	12
3	Тема 3. Организация и проведение соревнований		-	2	-	14	16
4	Тема 4. Систем проведения соревнований		-	2	-	16	18
5	Тема 5. Физкультурно-массовые мероприятия			2	-	10	12
ИТОГО (в часах)		2	-	8	-	62	72

4.37.6 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (спортивное ориентирование)»

Автор-разработчик: Аввакуменков А.А., кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры теории и методики лыжного спорта

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции соотношенными с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
ПК-4Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.	<p>D/01.6. Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p> <p>D/03.6Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося</p>	<p>ПК-4.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методику организации и проведения массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий; - технологию составления документов учета и отчетности в сфере физической культуры; - технологию организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - <i>методики отбора занимающихся для участия в спортивном соревновании, правила допуска занимающихся к участию в соревнованиях по виду спорта;</i> - <i>минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на тренировочном этапе спортивной подготовки, на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта;</i> - <i>показатели результативности</i>

		<p> <i>соревновательной деятельности занимающихся;</i> - <i>положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований по виду спорта;</i> - <i>порядок составления отчетной документации по подготовке занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами тренировочного этапа по виду спорта;</i> - <i>содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i> - <i>модельные характеристики подготовленности по виду спорта и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;</i> - <i>особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров);</i> - <i>антидопинговые правила;</i> - <i>методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;</i> - <i>Правила вида спорта (Спортивное ориентирование);</i> - <i>Этические нормы в области спорта;</i> </p> <p> ПК-4.2 Умеет: - <i>организовывать и проводить массовые физкультурные и спортивно-зрелищные мероприятия;</i> </p>
--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> - составлять документы учета и отчетности в сфере физической культуры; - организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норми правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала - оценивать уровень спортивного результата занимающегося, способность показывать наивысшие результаты в экстремальных условиях, соревновательный опыт, умение приспособливаться к условиям конкретных соревнований - разъяснять правила участия в спортивном соревновании, правила использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования; - формулировать спортивные цели и разрабатывать модель мотивированного поведения, занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; - моделировать в тренировке условия проведения реальных соревнований по виду спорта; - мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта; - применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям; - определять соревновательные цели и задачи занимающегося для
--	--	---

		<p><i>достижения спортивного результата;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>оценивать результаты выступления занимающихся на соревнованиях, выявлять технические и тактические ошибки;</i> - <i>обеспечивать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</i> - <i>определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры;</i> - <i>контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях</i> <hr/> <p>ПК-4.3 <i>Имеет навыки и/или опыт деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>организации и проведения массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;</i> - <i>составления документов учета и отчетности в сфере физической культуры;</i> - <i>организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</i> - <i>проектирование системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности занимающегося (предстартовая, собственно соревнование, фаза последствий) и действий занимающегося</i> - <i>подготовка занимающихся по инструкторской и судейской практике;</i> - <i>разъяснения правил участия в спортивном соревновании, правил использования экипировки, спортивного инвентаря и оборудования;</i>
--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> - формулировки спортивных целей и разработки модели мотивированного поведения, занимающегося при подготовке к спортивным соревнованиям; - моделирования в тренировке условий проведения реальных соревнований по виду спорта; - мотивирования занимающихся на достижение прироста спортивных результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта; - применения средств общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям; - определения соревновательных целей и задач занимающегося для достижения спортивного результата; - оценивания результатов выступления занимающихся на соревнованиях, выявления технических и тактических ошибок; - обеспечения выполнения формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях; - определения и контроля справедливости судейства, инициирования и реализации апелляционных процедур
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Организация физкультурно-массовых мероприятий и соревнований в избранном виде спорта (спортивное ориентирование)» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе. Вид промежуточной аттестации: зачет.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	30*							30*	
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>10</i>							<i>10</i>	
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	<i>20</i>							<i>20</i>	
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>	<i>зачет</i>							<i>зачет</i>	
Самостоятельная работа обучающегося	42							42	
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>30</i>							<i>30</i>	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>									
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	<i>12</i>							<i>12</i>	
<i>В том числе:</i>	часы	72						72	
	зачетные единицы	2						2	

**из 30 часов – 30 в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
4 курс, 7 семестр							
1	Тема 1. Теоретические аспекты проведения соревнований	2	-	2	-	8	12
2	Тема 2. Классификация соревнований	2	-	2	-	6	10
3	Тема 3. Организация и проведение соревнований	2	-	8	-	10	20
4	Тема 4. Систем проведения соревнований	2	-	6	-	12	20
5	Тема 5. Физкультурно-массовые мероприятия	2		2	-	6	10
ИТОГО (в часах)		10	-	20	-	42	72

4.38 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Естественно-научные основы физической культуры»

Автор-разработчик: Егорова Лидия Александровна, кандидат химических наук, доцент кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотносённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач		УК-1.1. Знает: - понятие и классификацию систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации - виды и формы работы с педагогической и научной литературой;
		УК-1.2. Умеет: - работать с информацией, представленной в различной форме; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений,

		интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода;
		УК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Естественно – научные основы физической культуры» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при обучении на очной форме и на 1 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачет и экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	108*	54*	54*						
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	40	20	20						
<i>Семинарские занятия</i>	12		12						
<i>Практические занятия</i>	56	34	22						
<i>Лабораторные работы</i>		-							
<i>Промежуточная аттестация</i>	зачет, экз	зачет	экз						

Расчётно-графические работы		-											
Рефераты		-											
Письменные самостоятельные работы		40	20	20									
Изучение теоретического материала		100	50	50									
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)		40	20	20									
Подготовка к промежуточной аттестации		8	4	4									
Общая трудоемкость	часы	216	108	108									
	зачетные единицы	6	3	3									

*из 28 часов – 14 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Физические основы механики					
	Тема 1.1. Основы кинематики. Кинематика как раздел механики. Относительность движения. Путь и перемещение. Путь и траектория. Понятие материальной точки. Кинематика материальной точки. Скорость. Равномерное движение материальной точки (тела). Ускорение. Равноускоренное и равнозамедленное движение. Ускорение и его составляющие. Угловая скорость и угловое ускорение.	2	-	6	4	12
	Тема 1.2. Динамика материальной точки. Основные законы динамики. Первый закон Ньютона. Масса – мера инертности. Сила взаимодействия сил. Второй закон Ньютона. Третий закон Ньютона. Закон изменения и сохранения импульса количества движения. Сила трения. Сила упругости. Закон всемирного тяготения. Сила тяжести. Работа, энергия, мощность. Кинетическая и	2	-	2/2	4	10

	<p>потенциальная энергия. Закон сохранения механической энергии. Статика. Момент силы. Условия равновесия сил. Виды устойчивости равновесия. Центр масс. Положение равновесия.</p> <p><i>Контрольная работа №1 на тему: «Основы механики».</i></p>					
	<p>Тема 1.3. Вращение твердого тела вокруг неподвижной оси. Динамика вращательного движения твердого тела вокруг неподвижной оси. Момент инерции. Уравнение вращательного движения твердого тела. Момент импульса и закон его сохранения. Кинетическая энергия вращения.</p>	2	-	2	4	8
	Раздел 2. Электродинамика					
2	<p>Тема 2.1. Электростатика.</p> <p>Электростатическое поле. Закон сохранения электрического заряда. Закон Кулона. Напряженность электростатического поля. Принцип суперпозиции электростатического поля. Вычисление разности потенциалов по напряженности. Электроемкость уединенного проводника. Конденсаторы. Электроемкость плоского конденсатора. Энергия плоского конденсатора.</p>	2	-	2	2	6
	<p>Тема 2.2. Закон постоянного электрического тока. Электрический ток, сила тока, плотность тока. Сторонние силы. Электродвижущая сила ЭДС и напряжение. Закон Ома для однородного участка цепи. Сопротивление проводников. Работа и мощность тока. Закон Джоуля-Ленца. Правила Кирхгофа. Обобщенный закон Ома. Составление уравнений, выражающих правила Кирхгофа. Составление уравнений и схем. КПД источника тока</p>	2	-	2	2	6
	Раздел 3. Теоретические основы химии					
3	<p>Тема 3.1. Основные законы химии.</p> <p>Химический элемент. Относительные атомная и молекулярная массы. Моль. Газовые законы. Закон Авогадро. Важнейшие стехиометрические законы. Закон Эквивалентов.</p>	-	-	2	4	6
	<p>Тема 3.2. Основные понятия термохимии.</p> <p>Термохимические уравнения. Закон Гесса. Стандартные энтальпии образования химических соединений. Составление тепловых балансов и расчета термохимических уравнений с помощью закона Гесса.</p>	-	-	-	4	4

<p>Тема 3.3. Химическая кинетика и равновесие. Влияние скорости химической реакции от температуры, давления, концентрации реагирующих веществ, катализаторов. Обратимые и необратимые реакции. Химические реакции с позиции кинематики и термодинамики. Закон сохранения масс для химического равновесия. Константа равновесия, ее связь с энергией Гиббса. Факторы, влияющие на смещение равновесия. Принцип Ле-Шателье. Составление химического равновесия с использованием принципа Ле-Шателье.</p>	-	-	2	4	6
<p>Тема 3.4. Строение атома. Периодическая система элементов Д.И. Менделеева. Основные положения квантовой механики. Квантовые числа. Принцип наименьшей энергии. Принцип Паули. Правило Хунда. Электронная структура атомов и периодическая система элементов. Составление электронных формул атомов элементов.</p>	-	-	2	4	6
<p>Тема 3.5. Вода. Общие свойства растворов. Растворы. Основные характеристики растворов. Способы выражения концентрации растворов. Растворимость. Энергетика растворения и свойства растворов. Температура замерзания и температура кипения растворов. Теория электролитической диссоциации. Степень электролитической диссоциации. Константа диссоциации. Вода. Константа диссоциации воды. Водородный показатель pH. Произведение растворимости. Гидролиз солей. Закон разбавления Освальда. Определение степени диссоциации электролита. Расчет водородного показателя pH раствора. Определение растворимости малорастворимого вещества из уравнения произведения растворимости. Условия выпадения и растворения осадков. Определение степени диссоциации неэлектролитов методами криоскопии и эбуллиоскопии. Расчет степени диссоциации электролитов с учетом изотонического коэффициента Вант-Гоффа. Расчет молекулярной массы неэлектролита методами криоскопии и эбуллиоскопии. <i>Контрольная работа №2 на тему «Растворы»</i></p>	2	-	2/2	2	8
<p>Тема 3.6. Окислительно-восстановительные реакции. Определение химического</p>	-	-	2	6	8

	уравнения. Понятия окислитель, восстановитель, окисление, восстановление. Степень окисления. Правила вычисления степени окисления. Составление уравнений окислительно-восстановительных реакций. Влияние различных факторов на протекание окислительно-восстановительных реакций. Составление уравнений окислительно-восстановительных реакций методами: 1) метод электронного баланса и 2) ионно-электронный метод (метод полуреакций).					
	Раздел 4. Элементы химии высших молекулярных органических соединений					
	Тема 4.1. Элементы биоорганической химии. Углеводы. Классификация углеводов. Биологическая роль углеводов. Строение, химические свойства. Механизм биосинтеза. Распространение углеводов в природе и их применение. Моно-, ди-, полисахариды. Физические и химические свойства. Составление уравнений качественных реакций на функциональные группы углеводов. Сходство и отличие в строении целлюлозы и крахмала. Общие и химические свойства присущи сахарозе, крахмалу и целлюлозе.	2	-	2	4	8
4	Тема 4.2. Аминокислоты. Белки. Пептиды. Аминокислоты как бифункциональные соединения, в молекулах которых имеются аминогруппа – NH ₂ и карбоксильная группа COOH. Строение аминокислот, их физические свойства. Аминокислоты как амфотерные органические соединения. Конденсация аминокислот с образованием пептидной связи. Синтез пептидов, их строение. Белки. Первичная, вторичная, третичная и четвертичная структура белка и какими связями они обусловлены. Составить схему взаимодействия глицина с азотистой кислотой и определить образовавшиеся соединения. Реакция взаимодействия глицина с карбонатом меди (II). Какие α – аминокислоты в составе белка можно открыть с помощью ксантопротеиновой реакции. Реакция белка с ацетатом свинца (II). Какие α – аминокислоты в составе белка можно открыть с помощью реакции Фола. Что такое денатурация и деструкция белка.	2	-	2	4	8
	Тема 4.3. Жиры и жироподобные вещества. Липиды. Классификация, строение, номенклатура, свойства липидов. Простые и	2	-	2	4	8

	<p>сложные липиды, их биологическая роль. Способы получения и применения липидов. Исследование строения и свойств жиров. Характерные реакции на жиры. Растительные и животные жиры. Липоиды – жироподобные вещества (стероиды, холестерин, его производные эстрадол, тестостерон). Витамины. Роль липидов в питании, переваривание и всасывание липидов. Химические свойства жиров. Гидролиз или омыление жиров под действием воды с участием ферментов или кислотных катализаторов. Мыла, получаемые при щелочном гидролизе. Гидрирование жиров.</p>					
	<p>Тема 4.4. Биологическая роль нуклеиновых кислот. Способы выделения нуклеиновых кислот и их химический состав. Два типа нуклеиновых кислот: ДНК и РНК, строение, свойства, механизм действия. Биосинтез и распад нуклеиновых кислот. Сравнительная характеристика ДНК и РНК. Местонахождение их в клетке и ядре. Мономеры. Состав нуклеотида. Типы нуклеотидов. Свойства и функции. Нуклеиновые кислоты и генетический код.</p>	2	-	2	4	8
	Раздел 5. Эволюция – история жизни					
5	<p>Тема 5.1. Живые системы. Эволюция, ее атрибуты: самопроизвольность, необратимость, направленность. Дарвинизм. Генофонд. Борьба за существование. Синтетическая теория эволюции, ее основные положения. Микроэволюция. Макроэволюция. Классификация биологических наук: классические и новые современные. Методы исследования в биологии. Живое и неживое. Сущность жизни, ее основные формы. Понятие живых систем. Физическая и химическая основа жизни. Уровни организации живой материи. Происхождение жизни на земле. Гипотезы зарождения жизни в определенные моменты времени в определенных местах Вселенной. <i>Контрольная работа №3 на тему: «Биоорганические соединения как неотъемлемые компоненты живой материи»</i></p>	2	2	2/2	2	10
	<p>Тема 5.2. Клеточная теория. Основные положения современной клеточной теории. Составные части клетки. Прокариоты</p>	2	2	-	4	8

<p>и эукариоты. Растительная клетка и клетка животных. Основные структурные элементы клеток эукариот. Строение и функции органоидов эукариотической клетки. Особенности строения клеток животных, растений, грибов, бактерий. Сходство и различие между митозом и мейозом. Отличие полового размножения от бесполого. Обзор важнейших химических элементов в клетке. Микроэлементы: содержащиеся в клетке в малых количествах. Вода и ее химические свойства. Роль воды в клетке.</p>					
<p>Тема 5.3. Основные понятия и законы генетики. Генетика и теория эволюции. Основные принципы наследования и наследственности. Законы Менделя. Основные понятия генетики. Материальные основы наследственности. Наследование количественных признаков. Норма реакции. Мутации (геномные, хромосомные, генные). Наследственность и среда. Генетика популяций. Генетическая изменчивость в природных популяциях. Причины популяционного равновесия. Закон Харди-Вайнберга. Эволюционная роль видообразования. Гомозиготные гетерозиготные особи. Доминантный и рецессивный признаки. Генотип. Фенотип. Взаимодействие генов: аллельные и неаллельные. Взаимодействие генов. Наследование количественных признаков.</p>	2	-	4	4	10
<p>Тема 5.4. Организм как единое целое. Определение онтогенеза. Типы и периоды онтогенеза. Особенности строения и функции различных типов тканей у животных, механизмы поддержания гомеостаза в организме. Роль отрицательной и положительной обратной связей. Определение и механизмы адаптации, этапы адаптивных реакций. Три механизма адаптаций. Экстремальные факторы окружающей среды. Строение организма и его жизнедеятельность. Взаимодействие организма с природой. Влияние природных условий на физическое и умственное развитие, действуя на различные функции организма: обмен веществ, дыхание, кровообращение, пищеварение и др. Действие внешней среды на организм и реакция нервной системы на условия жизни.</p>	2	2	2	4	10

	Роль положительной обратной связи, примеры. Роль отрицательной обратной связи, примеры. Каково различие между специальной и неспециальной резистентностью? Примеры экстремальных факторов окружающей среды.					
	Раздел 6. Основные понятия экологии					
	Тема 6.1. Биосфера и человек. Определение понятия современной экологии. Объекты исследования экологии. Общие задачи современной экологии. Основные законы экологии. Понятие о биосфере. Основы целостности учения Вернадского о биосфере. Биосфера и её границы. Функции живого вещества биосферы: энергетическая, газовая функция, концентрационная, окислительно-восстановительная, деструктивная. Большой круговорот веществ в природе. Малый круговорот веществ в биосфере. Биогеохимические циклы. Сравнение представления о ноосфере В.И. Вернадского и современных экологов. Основные стадии антропогенеза: временные границы, этапы антропогенеза, характерные черты развития. Основные этапы развития Человека разумного. Дифференциация на расы. Расы и этносы. Механизм расогенеза.	2	-	2	-	4
6	Тема 6.2. Экология спорта. Взаимодействие деятельности человека и природы. Значение физической культуры и спорта в жизни человека. Влияние экологических факторов на занятия физической культурой и спортом. Характеристика экологического состояния атмосферы и ее влияние на занятие физической культуры и спорта. Влияние ионизации воздуха на занятия физической культуры и спорта. Влияние экологических особенностей региона (состав и свойства воды, воздуха, почвы, погодный режим и т.д.) на организм спортсмена. Классификация факторов окружающей среды в зависимости от их влияния на здоровье спортсменов при занятиях физическими упражнениями и спортом: 1) факторы, оказывающие однозначно неблагоприятное влияние (болезнетворные микроорганизмы, вирусы, грибки и животные паразиты; пыль, вредные химические вещества в окружающей среде); 2) факторы, имеющие неоднозначное влияние (температура, влажность, скорость движения	-	-	-	8	8

<p>воздуха, давление, радиационный фон, погода, климат, химический состав воздушной среды). Гигиено-экологическая классификация видов спорта. По степени воздействия на окружающую среду все виды спорта делятся на 3 основные группы: 1) виды спорта с выраженным антропогенным эффектом; 2) виды спорта с умеренно выраженным антропогенным эффектом; 3) виды спорта с незначительно выраженным антропогенным эффектом. Гигиеническая классификация видов спорта делятся на 3 группы: 1) виды спорта в организованной внешней среде (стадионы, легкоатлетические манежи, универсальные спортивные залы, бассейны и другие спортивные сооружения); 2) виды спорта в неорганизованной внешней среде (туризм, альпинизм, и др.); 3) виды спорта в техногенно измененной среде (виды спорта, занятия которыми связаны с техникой, эксплуатация которой обуславливает техногенное изменение внешней среды).</p>					
<p>Тема 6.3. Структура экосистемы. Определение экосистемы и её компоненты: абиотические, биотические, энергия. Биотическая структура экосистем: продуценты консументы, редуценты как компоненты круговорота, обеспечивающего целостность экосистем. Биоразнообразие как основа устойчивости живых систем. Виды природных систем. Пищевые цепи и сети. Экологические пирамиды: 1) пирамида численности; 2) пирамида масс; 3) пирамида энергий. Продуктивность экосистем. Закон пирамиды энергий, или правило 10%. Правило биологического усиления. Экологические факторы: 1) абиотические (факторы неживой среды); 2) биотические (факторы живой природы); 3) антропогенные (факторы, связанные с деятельностью человека). Условия существования. Лимитирующие факторы. Закон минимума и закон толерантности. Антропогенные лимитирующие факторы и их роль в биологических системах. Воздействие человека на экосистемы. Строительство поселков, промышленных предприятий и путей сообщения. Развитие монокультур. Химическая борьба с вредителями. Биологическая борьба с вредителями.</p>	2	2	8	12	

Применение удобрений. Оводнение и осушение.					
<p>Тема 6.4. Экология и здоровье человека. Глобальная демографическая модель. Влияние ресурсов питания на численность популяции. Анализ рождаемости и смертности. Транспортные и торговые связи, материальные, миграционные и информационные потоки настолько велики, что определяют условия существования большинства народов. Линейный закон роста населения. Демографический переход, репродуктивная способность, константа роста.</p> <p>Влияние атмосферы на человека, влияние водных ресурсов на жизнедеятельность человека. Почва и человек. Человек и радиация. Влияние звуков на организм человека. Погода и самочувствие. Ландшафт как фактор здоровья. Проблемы адаптации человека к окружающей среде.</p> <p>Изменение климата. Разрушение стратосферного озона. Парниковый эффект. Утрата биологического разнообразия (ухудшение услуг некоторых экосистем). Опустынивание и деградация земель (продуктивность агросистем). Ухудшение качества вод. Загрязнение продуктов ядохимикатами. Действие нитратов и нитритов их на здоровье человека. Экология питания человека. Схематично изобразить основные источники в организме человека канцерогенных, радиоактивных веществ, металлов и микроэлементов.</p>	2	-	2	8	12
<p>Тема 6.5. Популяционная экология (демэкология). Понятия о сообществах. Популяция как биологическая система. Гомеостаз популяции. Динамика популяций. Границы популяций. Типы взаимодействий (хищничество, конкуренция, мутуализм) и способы их выявления. Роль миграции и хищника и жертвы в поддержании равновесной системы. Эффективность регуляции хищниками популяций жертв в зависимости от их плотности. Коэволюция хищника и жертвы.</p> <p>Определение сообщества. Различные подходы к выделению сообществ, описание их структуры и функционирования. Сообщество, как простая совокупность совместно обитающих популяций. Структура сообществ.</p>	2	-	2	4	8

	<p>Как человек использует явления хищничества и паразитизма в мире живого для борьбы с сельскохозяйственными вредителями? Назвать известные способы.</p> <p>Как действует естественный отбор в системе «хищник-жертва Как называется этот эволюционный процесс?</p>					
	<p>Тема 6.6. Глобальные экологические проблемы, рациональное природопользование и охрана природы. Классификация и основные направления природозащитных мероприятий. Очистка газопылевых выбросов от газо- и парообразных загрязнителей. Очистка промышленных и бытовых сбросов. Современные биотехнологии охраны окружающей среды. Основные направления развития малоотходных и ресурсосберегающих технологий. Международное сотрудничество в области экологии. Влияние человека на экосистемы. Кто хозяин на нашей Земле (исторический анализ прошлого и современного). Агросистемы будущего – без химии: фантазия или реальность? Соблюдается ли принцип рационального природопользования «Используй, охраняя, и охраняй, используя» в наше время. Примеры из жизни. Как решить проблему мусора? Парниковый эффект. Озоновые дыры. Кислотные дожди. Абиотические факторы (свет, температура и т.д.). Загрязнение океана, экологические последствия для человечества. Экологические последствия ядерного взрыва. Радиационное загрязнение среды обитания человека. Пути оздоровления окружающей среды.</p> <p><i>Контрольная работа №4 на тему; «Биосфера. Экологические проблемы и их решения»</i></p>			2	6	8
7	Раздел 7. Структура и строение мегамира (Вселенной)					
	<p>Тема 7.1. Характеристика звезд. Галактика. Планеты Солнечной системы</p> <p>Структура и строение мегамира. Единицы измерения пространства в мегамире.</p> <p>Мегагалактика. Сверхскопления. Скопление галактик. Группа галактик. Галактики.</p> <p>Млечный путь – галактика Земли. Скопление звезд. Звезда. Планеты Солнечной Системы.</p> <p>Космология – наука о Вселенной.</p> <p>Возникновение галактик и звезд.</p>	2	2	2	2	8

<p>Происхождение планет. Метеорные тела, метеоры и метеориты. Астероиды. Распределение астероидов. Космологические представления Аристотеля. Геоцентрическая система мира Птолемея. Гелиоцентрическая система мира Коперника. Стационарная, вечная и бесконечная Вселенная Ньютона. Характеристика звезд. Закон Стефана-Больцмана. Светимость звезд. Масса звезд. Химический состав звезд. Основные этапы эволюции звезды: гравитационное сжатие, термоядерное «горение» водорода, потеря устойчивости после исчерпания запасов водорода в центре звезды (раздувание, сбрасывание внешних слоев, гравитационный коллапс, вспышка сверхновой). Конечные стадии звезд: белые карлики, нейтронные звезды, черные дыры. Солнечное излучение, солнечный ветер.</p>					
<p>Тема 7.2. Элементы эволюции Вселенной. Общая теория относительности как теоретическая основа современной научной космологии. Вселенная Эйнштейна. Космологическая модель Фридмана. Красное смещение в спектрах галактик. Закон Хаббла. Постоянная Хаббла. Возраст Вселенной. Структура Вселенной. Жизнь и разум во Вселенной: поиск и гипотезы. Эволюция Вселенной: 1) теория Большого Взрыва; 2) эра адронов; 3) эра лептонов; 4) эра фотонов; 5) эра вещества. Темная материя и реликтовое излучение. Инфляция физического вакуума. Проблема существования и поиска внеземных цивилизаций. Темная энергия и скрытая масса, связь этих понятий с физикой микромира. Новые концепции в космологии. Черные дыры: астрофизические аспекты и математические свойства.</p>	2	2	2	6	
ИТОГО (в часах)	40	12	56	108	216

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Физические основы механики				
	Тема 1.1. Основы кинематики. Путь, перемещение. Материальная точка. Скорость. Равномерное движение. Ускорение. Равноускоренное и равнозамедленное движение. Угловая скорость и угловое ускорение.	-	2	-	2
	Тема 1.2 Динамика. Статика. Основные законы механики. Законы изменения и сохранения импульса количества движения. Силы в механике.	1	-	3	4
	Тема 1.3. Вращение твердого тела. Динамика вращательного движения твердого тела вокруг неподвижной оси. Уравнение вращения твердого тела. Момент инерции. Момент импульса и закон сохранения. Виды устойчивого равновесия.	1	-	3	4
2	Раздел 2. Электродинамика				
	Тема 2.1. Электростатика. Закон сохранения электрического заряда. Закон Кулона. Напряженность в электрическом поле. Электроемкость. Конденсаторы. Энергия уединенного проводника в электрическом поле.	-	-	5	5
	Тема 2.2. Закон постоянного электрического тока. Сила тока. Закон Ома для отдельного участка. ЭДС. Закон Ома для полной цепи. Последовательное и параллельное соединение проводников. Закон Джоуля – Ленца.	=	2	5	7
3	Раздел 3. Теоретические основы химии				
	Тема 3.1. Основные законы химии	-	-	5	5
	Тема 3.2. Основные понятия термодинамики. Закон Гесса.	-	-	3	3
	Тема 3.3. Химическая кинетика и	1	-	5	6

	равновесие. Химическое равновесие. Принцип Ле Шателье. Факторы, влияющие на скорость химической реакции: температура, давление, концентрация реагентов, катализатор,(ингибитор). Константа равновесия химической реакции.				
	Тема3.4. Строение атома. Периодическая система элементов. Физический смысл периодического закона системы элементов Д.И. Менделеева. Характеристики, определяющие свойства элементов и их соединений. Закономерности изменения свойств элементов по группам и периодам периодической системы элементов, химическая связь.	-	-	5	5
	Тема 3.5. Вода. Основные свойства воды. Классификация растворов. Электролиты. Неэлектролиты. Степень и константа электролитической диссоциации. Выражение концентрации растворов. Диссоциация воды как слабого электролита. Водородный показатель рН раствора. Произведение растворимости малорастворимых соединений.	1	-	6	7
	Тема 3.6. Окислительно – восстановительные реакции. Окислитель. Восстановитель. Составление окислительно – восстановительных реакций методом электронного баланса.	-	2	5	7
	Раздел 4. Элементы химии высших молекулярных органических соединений.				
4	Тема 4.1. Углеводы. Классификация углеводов. Физические свойства. Химические свойства. Нахождение в природе. Качественные реакции на альдегидную группу на примере глюкозы. Постепенное окисление глюкозы в организмах с медленным выделением энергии. Олигосахариды. Полисахариды.	-	-	5	5
	Тема 4.2. Аминокислоты. Белки. Пептиды. Аминокислоты. Классификация. Особенности строения. Физические и химические свойства. Незаменимые аминокислоты. Пептиды. Белки.	-	-	5	5

	Физические и химические свойства белков. Биологическая роль. Уровни организации белковой молекулы.				
	Тема 4.3. Жиры и жироподобные вещества. Липиды (жиры) Классификация жиров: животные жиры и растительные жиры. Физические свойства. Сложные жиры (липиды). Жироподобные вещества (липоиды). Применение.	-	-	7	7
	Тема 4.4. Биологическая роль нуклеиновых кислот. Азотосодержащие основания. Состав мономера нуклеиновых кислот. ДНК. Сходство и различие ДНК и РНК. Виды РНК. Биологическая роль нуклеиновых кислот.	1	-	7	8
	Раздел 5. Эволюция – история жизни.				
	Тема 5.1. Живые системы. Эволюция, её атрибуты. Особенности химического состава. Метаболизм. Единый принцип структурной организации. Репродукция. Размножение. Наследственность. Изменчивость. Дарвинизм. Современная эволюционная теория.	-	-	6	6
	Тема 5.2. Клеточная теория. Основные положения современной клеточной теории. Составные части клетки. Прокариоты и эукариоты. Растительная клетка. Клетка животных. Особенности строения клеток животных, растений, грибов, бактерий. Обор важнейших химических элементов в клетке.	-	-	6	6
5	Тема 5.3. Основные понятия. Законы генетики. Генетика и теория эволюции. Основные принципы наследования и наследственности. Законы Менделя. Генотип как целостная система. Взаимодействие генов. Мутации (геномные, хромосомные, генные). Законы чистоты гамет – закон Харди - Вайнберга. Генетика популяций. Фенотип. Генотип.	1	2	7	10
	Тема 5.4. Организм как единое целое. Определение онтогенеза. Тип и периоды онтогенеза. Механизмы поддержания гомеостаза. Отрицательная обратная связь.	-	-	6	6

	Положительная обратная связь. Три механизма адаптации.				
6	Раздел 6. Основные понятия экологии.				
	Тема 6.1. Биосфера и человек. Определение понятия современной экологии. Объекты исследования. Основные законы экологии. Основы целостности учения В.И. Вернадского о биосфере. Биосфера и её границы. Функции живого вещества биосферы. Сравнения представления о ноосфере В.И. Вернадского и современных экологов. Основные стадии антропогенеза. Основные этапы развития Человека разумного.	1	2	10	13
	Тема 6.2. Экология спорта. Взаимодействие человека и природы. Значение физической культуры и спорта в жизни человека. Влияние экологически факторов на занятия физической культуры и спорта. Характеристика экологического состояния атмосферы и её влияние на занятия физической культур и спорта. Классификация факторов окружающей среды в зависимости от и влияния на здоровье спортсмена. Гигиено=экологическая классификация видов спорта. Степень воздействия на окружающую среду. Гигиеническая классификация видов спорта	1	-	10	11
	Тема 6.3. Структура экосистем. Определение экосистем и её компоненты. Биологическая структура экосистем. Биоразнообразие как основа устойчивости живых систем. Пищевые цепи и сети. Экологические пирамид. Условия существования. Лимитирующие факторы. Закон минимума и закон толерантности. Антропогенные лимитирующие фактор и их роль в биологической система. Воздействие человека на экосистему.	-	-	12	12
	Тема 6.4. Экология и здоровье человека. Глобальная демографическая модель. Влияние ресурсов питания на численность. Анализ рождаемости и смертности. Линейный закон роста населения. Демографический переход,	1	2	12	15

	<p>репродуктивная способность, константа роста.</p> <p>Влияние абиотических факторов на жизнедеятельность человека.</p> <p>Проблемы адаптации человека к окружающей среде.</p> <p>Изменение климата. Разрушение стратосферного озона. Утрата биологического разнообразия.</p> <p>Ухудшение качества вод. Действие нитратов и нитритов на здоровье человека. Влияние канцерогенных, радиоактивных веществ, металлов микроэлементов на здоровье человека.</p>				
	<p>Тема 6.5. Популяционная экология.</p> <p>Понятия о сообществах.</p> <p>Популяция как биологическая система.</p> <p>Гомеостаз популяции. Динамика популяций. Типы взаимодействий популяций. Границы популяций. Роль миграции и хищника и жертвы в поддержании равновесной системы.</p> <p>Тип взаимодействий и способы их выявления. Определение сообщества.</p> <p>Различные подход к выявлению сообществ, описания их структур функционирования.</p> <p>Этологическая(поведенческая) структура сообществ.</p>	1	2	12	15
	<p>Тема 6.6. Глобальные экологические проблемы, рациональное природопользование и охрана природы.</p> <p>Классификация и основные направления природозащитных мероприятий. Основные направления развития малоотходных и ресурсосберегающих технологий.</p> <p>Современные биотехнологии охраны окружающей среды. Международное сотрудничество в области экологии.</p>	1	2	12	15
	<p>Раздел 7. Структура и строение мегамира (Вселенной)</p>				
7	<p>Тема 7.1. Характеристика звезд. Галактика. Планеты Солнечной системы</p> <p>Структура и строение мегамира.</p> <p>Единицы измерения пространства в мегамире. Метагалактика.</p> <p>Сверхскопления. Скопление галактик.</p> <p>Группа галактик. Галактики. Млечный</p>	1	-	14	15

<p>путь – галактика Земли. Звезда. Скопление звезд. Характеристика звезд. Планеты Солнечной Системы.</p>				
<p>Тема 7.2. Элементы эволюции системы. Общая теория относительности как теоретическая основа современной научной космологии. Вселенная Эйнштейна. Космологическая модель Фридмана. Красное смещение в спектрах галактик. Закон Хаббла. Постоянная Хаббла. Структура и возраст Вселенной. Темная энергия и скрытая масса, связь этих понятий с физикумикромиром.</p>	-	-	12	12
ИТОГО (в часах)	12	16	188	216

4.39 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Тренажеры в спорте»

Автор-разработчик: Наврузбеков Фейтуллах Наруллахович, старший преподаватель кафедры теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки

ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
1	2	3
<p>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p><i>ПК – 2.1. Знает:</i> <i>Направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки</i> <i>Структура годового цикла, индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося</i> <i>Основы организации здорового образа жизни</i> <i>Методы и техники самоконтроля занимающегося</i> <i>Планы восстановительных мероприятий</i> <i>ПК – 2.2. Умеет:</i> <i>Построение индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годового цикла</i> <i>Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы</i> <i>ПК – 2.3. Имеет опыт:</i> <i>Проверка выполнения занимающимися плановых заданий и мероприятий, предусмотренных программой спортивной подготовки, индивидуальными планами подготовки</i> <i>Обучение занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности</i></p>
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного</p>	<p><i>ПК-5.1. Знает:</i> <i>Технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Адаптация и закономерности ее формирования</i></p>

<p>процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p><i>у спортсменов при различных нагрузках</i> <i>Виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов</i> <i>Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации</i> <i>Построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Правила вида спорта</i> <i>Правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря</i></p> <p><i>ПК -5.2. Умеет:</i> <i>Оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов</i> <i>Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения</i> <i>Использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата</i> <i>Предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок</i> <i>Рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий)</i></p> <p><i>ПК – 5.3. Имеет опыт:</i></p>
---	---	---

		<p><i>Постановка и контроль исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки</i></p> <p><i>Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря</i></p>
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Тренажеры в спорте» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	30*								30	
<i>В том числе:</i>										
Лекции	10								10	
Семинарские занятия										
Практические занятия	20								20	
Лабораторные работы										
Промежуточная аттестация (зачет)										
Самостоятельная работа обучающегося	42								42	
<i>В том числе:</i>										
Курсовая работа										
Расчётно-графические работы										
Рефераты										
Письменные самостоятельные работы										
Изучение теоретического материала	22								22	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	10								10	
Подготовка к промежуточной аттестации	10								10	
Общая трудоемкость	часы	72							72	
	зачетные единицы	2							2	

*из 30 часов – 20 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры												
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Контактная работа преподавателей с обучающимися	10*									10				
<i>В том числе:</i>														

Лекции	2								2	
Семинарские занятия										
Практические занятия	8								8	
Лабораторные работы										
Промежуточная аттестация (зачет)										
Самостоятельная работа обучающегося	62								62	
<i>В том числе:</i>										
Курсовая работа										
Расчётно-графические работы										
Рефераты										
Письменные самостоятельные работы										
Изучение теоретического материала	42								42	
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)										
Подготовка к промежуточной аттестации	20								20	
Общая трудоемкость	часы	72							72	
	зачетные единицы	2							2	

*из 8 часов – 6 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Значение тренажеров при обучении и тренировке спортсменов							
1	Тема 1. Тренажеры и тренировочные устройства, используемые на занятиях физической культурой и спортом	2		2		4	8
Раздел 2. Применение тренажеров в общей физической подготовке спортсменов в разных видах спорта							
2	Тема 2.1. Развитие двигательных качеств спортсменов с использованием тренажеров в разных видах спорта	2		2 (К.р.1)		4	8
3	Тема 2.2. Общая физическая подготовка спортсменов с использованием тренажеров	2		2		4	8
4	Тема 2.3. Фитнес. Бодибилдинг.			2		2	4
Раздел 3. Применение тренажеров в специальной физической подготовке спортсменов в разных видах спорта							
5	Тема 3.1. Тренажеры и тренировочные устройства в технической подготовке спортсменов в избранном виде спорта	2		2		6	10

6	Тема 3.2. Тренажеры и тренировочные устройства в специальной физической подготовке спортсменов в избранном виде спорта			2 (К.р.2)		6	8
Раздел 4. Применение тренажеров для восстановления работоспособности спортсменов в разных видах спорта							
7	Тема 4.1. Тренажеры для профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями и восстановления работоспособности спортсменов в разных видах спорта	2		4		6	12
Раздел 5. Учебная практика							
8	Тема 5.1 Учебно-тренировочные занятия с применением тренажеров и тренировочных устройств			4		10	14
ИТОГО (в часах)		10		20		42	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Значение тренажеров при обучении и тренировке спортсменов							
1	Тема 1. Тренажеры и тренировочные устройства, используемые на занятиях физической культурой и спортом			2		6	8
Раздел 2. Применение тренажеров в общей физической подготовке спортсменов в разных видах спорта							
2	Тема 2.1. Развитие двигательных качеств спортсменов с использованием тренажеров в разных видах спорта	2				6	8
3	Тема 2.2. Общая физическая подготовка спортсменов с использованием тренажеров			2		6	8
4	Тема 2.3. Фитнес. Бодибилдинг.					6	6
Раздел 3. Применение тренажеров в специальной физической подготовке спортсменов в разных видах спорта							
5	Тема 3.1. Тренажеры и тренировочные устройства в технической подготовке спортсменов в избранном виде спорта					6	6
6	Тема 3.2. Тренажеры и тренировочные устройства в специальной физической подготовке спортсменов в избранном виде спорта			2		6	8

Раздел 4. Применение тренажеров для восстановления работоспособности спортсменов в разных видах спорта							
7	Тема 4.1. Тренажеры для профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями и восстановления работоспособности спортсменов в разных видах спорта					10	10
	Раздел 5. Учебная практика						
8	Тема 5.1 Учебно-тренировочные занятия с применением тренажеров и тренировочных устройств			2		16	18
ИТОГО (в часах)		2		8		62	72

4.40 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Теория спорта»

Автор-разработчик: Копаев Валерий Павлович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки

ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки

Компетенция	Код профессионального стандарта, код трудовой функции (при наличии) и наименование трудовой функции, соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
<p>ПК-1 Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>05.003 <i>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</i></p>	<p>ПК-1.1.Знает: – методику планирования, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации); – актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности по виду спорта (группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами; – теорию видов спорта; – программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); – оптимальное соотношение тренировочных и соревновательных нагрузок занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по видам спорта; – продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов по виду спорта (группе спортивных дисциплин); – особенности тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров); – систему показателей контроля и оценки результативности</p>

		<p>тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся (по виду спорта, группе спортивных дисциплин);</p> <ul style="list-style-type: none"> – содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки (по виду спорта, группе спортивных дисциплин); – специфика построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах; – структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки; – структура индивидуального календаря спортивных соревнований; – технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки; – федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта. <p>ПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки; – подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки; – контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося. <p>ПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий; – составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста
--	--	---

		<p>технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимся разрядных требований тренировочного этапа, этапа совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства;</p> <ul style="list-style-type: none"> – планирования тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов занимающихся; – составления индивидуального календаря спортивных соревнований; – подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирование структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для тренировочного этапа, этапа совершенствования спортивного мастерства и этапа высшего спортивного мастерства.
<p>ПК-2 Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки</p>	<p><i>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</i></p>	<p>ПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин); – направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки; – предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и «подводки»; – программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); – комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин); – структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося; – построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе

		<p>спортивных дисциплин);</p> <ul style="list-style-type: none"> – типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства; – федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов кандидата мастера спорта, мастера спорта России, мастера спорта международного класса; – оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность. <p>ПК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – обеспечения роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося; – мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической) занимающегося к спортивным достижениям; – построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годичного цикла; – контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Теория спорта» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе при обучении на очной форме и на 3 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации – экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	54*	-	-	-	-	54*	-	-	-
<i>В том числе:</i>									
Лекции	26	-	-	-	-	26	-	-	-
Семинарские занятия	24	-	-	-	-	24	-	-	-
Практические занятия	4	-	-	-	-	4	-	-	-
Лабораторные работы	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация – экзамен	-	-	-	-	-	+	-	-	-
Самостоятельная работа обучающегося	54	-	-	-	-	54	-	-	-
<i>В том числе:</i>									
Курсовая работа	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Расчётно-графические работы	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Рефераты	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Письменные самостоятельные работы	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Изучение теоретического материала	32	-	-	-	-	32	-	-	-
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	14	-	-	-	-	14	-	-	-
Подготовка к промежуточной аттестации	8	-	-	-	-	8	-	-	-
<i>В том числе:</i>	часы	108	-	-	-	108	-	-	-
	зачетные единицы	3	-	-	-	3	-	-	-

*Из 54 часов – 30 в активной и интерактивной формах.

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	14*	-	-	-	-	-	14*	-	-	-	-
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	6	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-
<i>Семинарские занятия</i>	4	-	-	-	-	-	4	-	-	-	-
<i>Практические занятия</i>	4	-	-	-	-	-	4	-	-	-	-
<i>Лабораторные работы</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Промежуточная аттестация</i>	экз.	-	-	-	-	-	экз.	-	-	-	-
Самостоятельная работа обучающегося	94	-	-	-	-	-	94	-	-	-	-
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Расчётно-графические работы</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Рефераты</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Изучение теоретического материала</i>	62	-	-	-	-	-	62	-	-	-	-
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	16	-	-	-	-	-	16	-	-	-	-
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	16	-	-	-	-	-	16	-	-	-	-
Общая трудоемкость	часы	108	-	-	-	-	108	-	-	-	-
	зачетные единицы	3	-	-	-	-	3	-	-	-	-

*Из 14 часов – 14 в активной и интерактивной формах.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Введение в теорию спорта	4	–	–	–	6	10
2	Теория спортивных соревнований	6	4	–	–	8	18
3	Основы системы подготовки спортсменов	16	20	4	–	40	80
ИТОГО (в часах)		26	24	4	–	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Введение в теорию спорта	2	–	–	–	8	10
2.	Теория спортивных соревнований	2	–	–	–	16	18
3.	Основы системы подготовки спортсменов	2	–	8	–	70	80
ИТОГО (в часах)		6	–	8	–	94	108

4.41 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Физиология спорта»

Автор-разработчик: Михайлова Екатерина Алексеевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры физиологии и спортивной медицины

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК-3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
<p>ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>05.003 D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства. D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов. D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</p>	<p>ПК-1.1. Знает: - физиологию человека - физиологию спорта. - особенности тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров) - механизмы адаптации и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках - виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов - физиологическую характеристику различных видов спортивной деятельности - физиологические реакции организма при спортивной деятельности - физиологические особенности реакции организма людей разного пола и возраста во время занятий физической культурой и спортом - физиологические основы работоспособности и утомления спортсменов.</p>

		<ul style="list-style-type: none">- механизмы и закономерности формирования двигательных навыков- физиологические основы развития физических качеств.- показатели тренированности. ПК-1.2. Умеет: <ul style="list-style-type: none">- планировать содержание тренировочного процесса с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося- контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося- контролировать физическое и функциональное состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения- вести мониторинг и контроль физического и функционального состояния занимающихся при подготовке и выступлениях на соревнованиях- разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок- оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов- анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок- анализировать и
--	--	--

		<p><i>систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной физиологии, разьяснять занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - давать количественную характеристику физиологических реакций отдельных систем и всего организма для разных видов спортивной деятельности - обосновывать практические мероприятия по повышению эффективности спортивной деятельности. <p>ПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок - мониторинга и контроля состояний наилучшей готовности занимающегося к спортивным достижениям - обучения занимающихся прикладным аспектам спортивной физиологии
<p>ПК-3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</p>	<p>05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</p>	<p>ПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>медико-биологические и психофизиологические требования и возрастные нормы занимающихся в группах этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</i> - <i>методики медико-биологического тестирования</i> - <i>методы организации медико-биологического контроля в спорте.</i> - физиологические критерии спортивного отбора. <p>ПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>давать комплексную оценку физической и функциональной подготовленности занимающегося, оценивать соразмерность различных сторон его подготовленности</i>

		ПК-3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - анализа данных медико-биологического контроля занимающихся, выявления проблем методов их решения -анализа результатов выполнения занимающимся контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического наблюдения и использование данных для коррекции спортивной подготовки.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физиология спорта» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	54*						54		
<i>В том числе:</i>									
Лекции	24						24		
Семинарские занятия	8						8		
Практические занятия	16						16		
Лабораторные работы	6						6		
Промежуточная аттестация	экз						экз		
Самостоятельная работа обучающегося	54						54		
<i>В том числе:</i>									
Курсовая работа	-						-		
Расчётно-графические работы	6						6		
Рефераты	-						-		
Письменные самостоятельные работы	-						-		
Изучение теоретического материала	30						30		
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	8						8		
Подготовка к промежуточной аттестации	10						10		
<i>В том числе:</i>	часы	108					108		
	зачетные единицы	3					3		

*из 54 часов – 24 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего	Семестры
--------------------	-------	----------

	часов	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	14*							14			
<i>В том числе:</i>											
Лекции	6							6			
Семинарские занятия	-							-			
Практические занятия	8							8			
Лабораторные работы	-							-			
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	Экз.							Экз.			
Самостоятельная работа обучающегося	94							94			
<i>В том числе:</i>											
Курсовая работа	-							-			
Расчётно-графические работы	-							-			
Рефераты	-							-			
Письменные самостоятельные работы	-							-			
Изучение теоретического материала	74							74			
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	-							-			
Подготовка к промежуточной аттестации	20							20			
Общая трудоемкость	часы	108						108			
	зачетные единицы	3						3			

*из 14 часов – 6 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинары	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Введение в спортивную физиологию. Классификация и характеристика физических движений и упражнений.	2	2		2	4	10

2	Физиологическая характеристика рабочих состояний при физической нагрузке.	2		2		4	8
3	Физиологические механизмы утомления.	2		2		8	12
4	Физиологические основы восстановительных процессов.	2		2		4	8
5	Физиологические основы спортивной техники.	2		2		4	8
6	Физиологические механизмы развития физических качеств.	4		2	4	6	16
7	Физиологическая характеристика адаптации спортсменов. Функциональные резервы организма.	2	2			8	12
8	Общие физиологические закономерности (принципы) занятий физической культурой и спортом	2		2		4	8
9	Показатели тренированности. Развитие спортивной формы.	2	2	2		4	10
10	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды	2	2			4	8
11	Физиологические основы спортивного отбора	2		2		4	8
ИТОГО (в часах)		24	8	16	6	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Введение в спортивную физиологию. Классификация и характеристика физических движений и упражнений.			8	8
2	Физиологическая характеристика рабочих состояний при физической нагрузке.	2		8	10
3	Физиологические механизмы утомления.		2	8	10
4	Физиологические основы восстановительных процессов.		2	8	10
5	Физиологические основы спортивной техники.			8	8

6	Физиологические механизмы развития физических качеств.	2	2	10	14
7	Физиологическая характеристика адаптации спортсменов. Функциональные резервы организма.	2		10	12
8	Общие физиологические закономерности (принципы) занятий физической культурой и спортом			8	8
9	Показатели тренированности. Развитие спортивной формы.		2	8	10
10	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды			10	10
11	Физиологические основы спортивного отбора			8	8
ИТОГО (в часах)		6	8	94	108

4.42 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Массаж»

Автор-разработчик: Прянишникова Ольга Альфонсовна, кандидат биологических наук, доцент/доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

Компетенция	Код профессионального стандарта, код трудовой функции (при наличии) и наименование трудовой функции, соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
ПК-3	<p>D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.</p> <p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.</p> <p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося.</p> <p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</p>	<p>ПК-3.1. Знает: <i>виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов, приемы и методы восстановления после физических нагрузок, основы организации здорового образа жизни, методики медико-биологического и психологического тестирования, планы медико-биологических, научно-методических и антидопинговых мероприятий, методы организации медико-биологического контроля в спорте, порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</i></p> <p>ПК-3.2. Умеет: <i>вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки, использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося, выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии, контролировать исполнение занимающимися медицинских</i></p>

		<p><i>предписаний, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья.</i></p> <p>ПК-3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p><i>подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий, анализ данных медико-биологического контроля занимающихся, выявление проблем и определение методов их решения</i></p> <p><i>формирование у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации, Контроль выполнения занимающимся плана восстановительных мероприятий, анализа результатов выполнения занимающимся контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизации и использования данных для коррекции спортивной подготовки, анализа результатов прохождения занимающимся процедур и мероприятий медицинского контроля, индивидуальных предписаний медицинских работников, систематизации и использования данных для коррекции спортивной подготовки, контроля выполнения занимающимся предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья, уведомления медицинского работника о выявленных у занимающегося признаках ухудшения здоровья, травмах, патологиях.</i></p>
--	--	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Массаж» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на

4 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	54*	–	–	–	–	–	–	54	–
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	4	–	–	–	–	–	–	4	–
<i>Семинарские занятия</i>	2	–	–	–	–	–	–	2	–
<i>Практические занятия</i>	48	–	–	–	–	–	–	48	–
<i>Лабораторные работы</i>	–	–	–	–	–	–	–	–	–
<i>Промежуточная аттестация – экзамен</i>	Экз.	–	–	–	–	–	–	Экз.	–
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	54	–	–	–	–	–	–	54	–
<i>В том числе:</i>	–	–	–	–	–	–	–	–	–
<i>Курсовая работа</i>	–	–	–	–	–	–	–	–	–
<i>Расчётно-графические работы</i>	–	–	–	–	–	–	–	–	–
<i>Рефераты</i>	–	–	–	–	–	–	–	–	–
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	–	–	–	–	–	–	–	–	–
<i>Изучение теоретического материала</i>	34	–	–	–	–	–	–	34	–
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	10	–	–	–	–	–	–	10	–
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	10	–	–	–	–	–	–	10	–
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	108	–	–	–	–	–	108	–
	<i>зачетные единицы</i>	3	–	–	–	–	–	3	–

*Из 54 часов – 52 в активной и интерактивной формах.

Заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>									
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	14*	-	-	-	-	-	-	-	14	-	-
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	<i>4</i>	-	-	-	-	-	-	-	<i>4</i>	-	-
<i>Семинарские занятия</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Практические занятия</i>	<i>10</i>	-	-	-	-	-	-	-	<i>10</i>	-	-
<i>Лабораторные работы</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Промежуточная аттестация</i>	<i>Экз.</i>	-	-	-	-	-	-	-	<i>Экз.</i>	-	-
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	94	-	-	-	-	-	-	-	94	-	-
<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Расчётно-графические работы</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Рефераты</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>Изучение теоретического материала</i>	<i>64</i>	-	-	-	-	-	-	-	<i>64</i>	-	-
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	<i>20</i>	-	-	-	-	-	-	-	<i>20</i>	-	-
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	<i>10</i>	-	-	-	-	-	-	-	<i>10</i>	-	-
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	108	-	-	-	-	-	-	108	-	-
	<i>зачетные единицы</i>	3	-	-	-	-	-	-	3	-	-

*Из 14 часов – 14 в активной и интерактивной формах.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Общие теоретические основы массажа	4	2	4	-	10	20
	Тема 1.1. История развития массажа.	2	-		-	2	4
	Тема 1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа.	2	-		-	2	4
	Тема 1.3. Гигиенические основы массажа.	-	2		-	2	4
	Тема 1.4. Системы, методы и формы массажа.	-	-	4	-	4	8
2	Раздел 2. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приемов массажа	-	-	10	-	10	20
	<i>Тема 2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание</i>	-	-	2	-	2	4
	<i>Тема 2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание</i>	-	-	2	-	2	4
	<i>Тема 2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание</i>	-	-	2	-	2	4
	Тема 2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	-	-	2	-	2	4
	Тема 2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема потряхивание, движение и ударные приемы	-	-	2	-	2	4
3	Раздел 3. Методика проведения видов спортивного массажа	-	-	12	-	12	24
	Тема 3.1. Спортивный массаж его виды	-	-	6	-	6	12
	Тема 3.2. Особенности массажа в отдельных видах спорта	-	-	6	-	6	12
4	Раздел 4. Особенности методик	-	-	22	-	22	44

	лечебного массажа.						
	Тема 4.1. Методика массажа при заболеваниях ССС и дыхательной системы.	-	-	4	-	4	8
	Тема 4.2. Методика массажа при заболеваниях нервной системы.	-	-	6	-	6	12
	Тема 4.3. Методика массажа при заболеваниях ЖКТ.	-	-	2	-	2	4
	Тема 4.4. Методика массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	-	-	4	-	4	8
	Тема 4.5. Методика массажа при нарушении обмена веществ.	-	-	2	-	2	4
	Тема 4.6. Методики массажа в травматологии .	-	-	4	-	4	8
	ИТОГО	4	2	48	-	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. Общие теоретические основы массажа	4	-	-	-	16	20
	Тема 1.1. История развития массажа.	2	-	-	-	2	4
	Тема 1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа.	2	-	-	-	2	4
	Тема 1.3. Гигиенические основы массажа.	-	-	-	-	4	4
	Тема 1.4. Системы, методы и формы массажа.	-	-	-	-	8	8
2	Раздел 2. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приемов массажа	-	-	6	-	14	20
	<i>Тема 2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание.</i>	-	-	-	-	4	4
	<i>Тема 2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание.</i>	-	-	2	-	2	4

	Тема 2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание.	-	-	2	-	2	4
	Тема 2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание.	-	-	2	-	2	4
	Тема 2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема потряхивание, движение и ударные приемы.	-	-	-	-	4	4
3	Раздел 3. Методика проведения видов спортивного массажа	-	-	2	-	22	24
	Тема 3.1. Спортивный массаж его виды.	-	-	2	-	10	12
	Тема 3.2. Особенности массажа в отдельных видах спорта.	-	-	-	-	12	12
4	Раздел 4. Особенности методик лечебного массажа.	-	-	2	-	42	44
	Тема 4.1. Методика массажа при заболеваниях ССС и дыхательной системы.	-	-	-	-	8	8
	Тема 4.2. Методика массажа при заболеваниях нервной системы.	-	-	-	-	12	12
	Тема 4.3. Методика массажа при заболеваниях ЖКТ.	-	-	-	-	4	4
	Тема 4.4. Методика массажа при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.	-	-	-	-	8	8
	Тема 4.5. Методика массажа при нарушении обмена веществ.	-	-	-	-	4	4
	Тема 4.6. Методики массажа в травматологии.	-	-	2	-	6	8
	ИТОГО	4	-	10	-	94	108

4.43 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Спортивная метрология»

Автор-разработчик: Кошкарев Леонид Тимофеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры естественно-научных дисциплин

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
1	2	3
<p>ПК-1 Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки</p>	<p>05.003. D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ПК-1.1. Знает: - методики контроля и оценки физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности занимающихся; - содержания и техники контроля и прироста специальной физической и технико-тактической подготовленности; - - модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства; - систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин). ПК-1.2. Умеет: - использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся; - собирать и анализировать информацию о результатах выступлений,</p>

		<p>- использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</p> <p>- анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</p> <p>- контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающихся.</p> <p>ПК-1.3. Имеет навыки и / или опыт деятельности:</p> <p>- педагогического контроля занимающихся во время тренировочных и контрольных мероприятий, тренировочных сборов, спортивных соревнований;</p> <p>- сравнительного анализа результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях;</p> <p>- периодического и текущего контроля результатов исполнения групповых и индивидуальный планов спортивной подготовки занимающихся;</p> <p>- мониторинга выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся</p>
--	--	---

Контактная работа преподавателей с обучающимися		14*						14*					
<i>В том числе:</i>													
<i>Лекции</i>		6						6					
<i>Семинарские занятия</i>													
<i>Практические занятия</i>		8						8					
<i>Лабораторные работы</i>													
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>		<i>зачет</i>						<i>зачет</i>					
Самостоятельная работа обучающегося		94						94					
<i>В том числе:</i>													
<i>Курсовая работа</i>													
<i>Расчётно-графические работы</i>		10						10					
<i>Рефераты</i>													
<i>Письменные самостоятельные работы</i>													
<i>Изучение теоретического материала</i>		30						30					
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		30						30					
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		24						24					
Общая трудоемкость	часы	108						108					
	зачетные единицы	3						3					

*из 14 часов – 6 часов в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Спортивная метрология как учебная дисциплина.					
	Контроль как основа управления тренировочным процессом	1	1		4	6
	1.2. Основы теории спортивных измерений	1	1		4	6
2	Раздел 2. Статистические методы обработки результатов спортивных измерений					
	2.1. Построение вариационных рядов и их графиков			1		1
	2.2. Вычисление основных числовых характеристик выборки.			2	10	12
	2.3. Проверка статистических гипотез в физическом воспитании и спорте	2	1	3	4	10
	2.4. Корреляционный анализ, регрессия	2	2	4	4	12
3	Раздел 3. Основы теории тестов и оценок					
	3.1. Основы теории тестов	2	2			4
	3.2. Основы теории оценок	2	2	2	4	10
4	Раздел 4. Квалиметрия, метрологические основы отбора и прогнозирования.					
	4.1. Квалиметрия – оценка качественных признаков количественными методами	1	1	1		3

	4.2. Методы прогнозирования и отбора в спорте	1		1	4	6
	Контрольная работа № 1 по теме: Основы теории измерений и оценок			1	4	5
5	Раздел 5. Метрологические основы контроля над подготовленностью спортсменов					
	5.1. Содержание и организация этапного, текущего, оперативного контроля	4	2			6
	5.2. Контроль физических качеств		4	1	2	7
	5.3. Контроль технического мастерства, тактики		2		4	6
	5.4. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок		2	1	8	11
	Контрольная работа № 2 по теме: Контроль над подготовленностью спортсменов			1	2	3
ИТОГО (в часах)		16	20	18	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№п/п	Тема или раздел				Всего часов
		Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	
1	Раздел 1. Спортивная метрология как учебная дисциплина.				
	Контроль как основа управления тренировочным процессом	1			1
	1.2. Основы теории спортивных измерений	1		5	6
2	Раздел 2. Статистические методы обработки результатов спортивных измерений				
	2.1. Построение вариационных рядов и их графиков		1		1

	2.2. Вычисление основных числовых характеристик выборки.		1	11	12
	2.3. Проверка статистических гипотез в физическом воспитании и спорте		2	8	10
	2.4. Корреляционный анализ, регрессия		2	10	12
3	Раздел 3. Основы теории тестов и оценок				
	3.1. Основы теории тестов	1		5	6
	3.2. Основы теории оценок	1	2	7	10
4	Раздел 4. Квалиметрия, метрологические основы отбора и прогнозирования.				
	4.1. Квалиметрия – оценка качественных признаков количественными методами			3	3
	4.2. Методы прогнозирования и отбора в спорте			9	9
5	Раздел 5. Метрологические основы контроля над подготовленностью спортсменов				
	5.1. Содержание и организация этапного, текущего, оперативного контроля	2		4	6
	5.2. Контроль физических качеств			8	8
	5.3. Контроль технического мастерства, тактики			6	6
	5.4. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок			18	18
	ИТОГО (в часах)	6	8	94	108

4.44 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Лечебная физическая культура»

Автор-разработчик: Бучацкая Ирина Николаевна, кандидат биологических наук, доцент/доцент кафедры физиологии и спортивной медицины

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК-3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК – 3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	05.003 D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	ПК-3.1. Знает: <i>-анатомию человека;</i> <i>-физиологию человека;</i> <i>-спортивную морфологию;</i> <i>-спортивную медицину;</i> <i>-планы восстановительных мероприятий;</i> <i>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</i> <i>-планы медико-биологических, научно-методических и антидопинговых мероприятий;</i> <i>-методы и техники самоконтроля занимающегося;</i> <i>- основы научно-методического обеспечения в ЛФК;</i> <i>-программы реабилитационных мероприятий, типовые (модельные) и авторские методики ЛФК при основных нозологиях;</i> <i>- порядок организации медико-биологического обеспечения на занятиях ЛФК;</i>

		<p>-методики медико-биологического тестирования на занятиях ЛФК;</p> <p>- методы организации медико-биологического контроля на занятиях ЛФК;</p> <p>- методы и техники самоконтроля занимающегося на занятиях ЛФК;</p> <p>-правила техники безопасности использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря при проведении реабилитационных занятий с занимающимися ЛФК.</p> <p>ПК-3.2. Умеет:</p> <p><i>-выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии;</i></p> <p><i>-контролировать исполнение занимающимися медицинских предписаний, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья;</i></p> <p><i>-пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</i></p> <p><i>- анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной медицины, диетологии, морфологии и физиологии, разьяснять занимающимся прикладные аспекты по</i></p>
--	--	--

		<p><i>данным направлениям;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - вести учётно-отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического и научно-методического обеспечения на занятиях ЛФК; - соблюдать нравственные и этические нормы в процессе коммуникации с занимающимися на занятиях ЛФК; - использовать современные средства ЛФК для анализа и разработки типовых и авторских комплексов упражнений и проведения программ реабилитационных мероприятий; - использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции реабилитационного процесса занимающегося; - применять технические средства и спортивное оборудование для проведения реабилитационных занятий с занимающимися ЛФК. <p>ПК-3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроля выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по
--	--	--

		восстановлению работоспособности и здоровья; -уведомления медицинского работника о выявленных у занимающегося признаках ухудшения здоровья, травмах, патологиях; -обучения занимающихся методам повышения спортивной работоспособности в сфере ЛФК; - проведения занятий ЛФК по типовым и авторским методикам; -организации участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области лечебной физической культуры.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Лечебная физическая культура» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе (шестой семестр) при обучении на очной форме и на 4 курсе (седьмой семестр) - на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	54*						54*		
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	12						12		
<i>Семинарские занятия</i>	16						16		
<i>Практические занятия</i>	26						26		
<i>Лабораторные работы</i>	-						-		
<i>Промежуточная аттестация</i>	зачет						зачет		

Самостоятельная работа обучающегося	54							54		
<i>В том числе:</i>										
<i>Курсовая работа</i>								-		
<i>Подготовка к проведению уроков ЛФК</i>	8							8		
<i>Рефераты (мультимедийный доклад)</i>	16							16		
<i>Письменные самостоятельные работы</i>								-		
<i>Изучение теоретического материала (подготовка к устным опросам)</i>	12							12		
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы)</i>	8							8		
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	10							10		
<i>В том числе:</i>	часы	108						108		
	зачетные единицы	3						3		

**из 54 часов – 12 часов в активной и интерактивной формах
Заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	14*							14*			
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	4							4			
<i>Семинарские занятия</i>	6							6			
<i>Практические занятия</i>	4							4			
<i>Лабораторные работы</i>	-							-			
<i>Промежуточная аттестация</i>	зачет							зачёт			
Самостоятельная работа обучающегося	94							94			

<i>В том числе:</i>										
<i>Курсовая работа</i>	-									
<i>Расчётно-графические работы</i>	-									
<i>Рефераты (мультимедийный доклад)</i>	12							12		
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	-							-		
<i>Изучение теоретического материала (подготовка к устным опросам)</i>	22							22		
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы)</i>	-							-		
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	60							60		
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	108						108		
	<i>зачетные единицы</i>	3						3		

**из 14 часов – 4 часа в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Общие теоретические основы ЛФК.	2	2	-	-	4	8
2	Раздел 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов. Тема 2.1. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	2	4	6	-	10	22

3	Тема 2.2. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания.	2	4	6	-	10	22
4	Тема 2.3. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, мочевыделительной системы, обмена веществ и суставов.	4	4	8	-	14	30
5	Раздел 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы.	2	2	6	-	6	16
4	Подготовка к промежуточной аттестации	-	-	-	-	10	10
ИТОГО (в часах)		12	16	26	-	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Раздел 1. Общие теоретические основы ЛФК.	4	-	-	-	10	14
2	Раздел 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов.	-	6	4	-	44	54
3	Тема 2.1. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	-	4	2	-	12	18
4	Тема 2.2. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания.	-	2	2	-	12	16
5	Тема 2.3. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-	-	-	-	-	20	20

	кишечного тракта, мочевыделительной системы, обмена веществ и суставов.						
6	Раздел 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы.	-	-	-	-	20	20
7	Подготовка к промежуточной аттестации	-	-	-	-	20	20
ИТОГО (в часах)		4	6	4	-	94	108

4.45 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Библиография»

Автор-разработчик: Орлова Виалетта Викторовна, заведующая библиотекой

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом/профессиональными стандартами «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач		<p>УК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные технологии поиска и сбора информации; информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы) <p>УК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией, представленной в различной форме; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-

		<p>образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы</p> <p>УК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование)</p>
<p>УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p>		<p>УК-2.1. Знает: - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования</p>
		<p>УК-2.2. Умеет: - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом</p>
		<p>УК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</p>

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Библиография» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе (1 семестр) при обучении на очной форме обучения и на 1 курсе (1 семестр) заочной формы. Вид промежуточной аттестации: *контрольная работа.*

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>
---------------------------	--------------------	-----------------

		1
Контактная работа преподавателей с обучающимися	6	6
<i>В том числе:</i>		
<i>Лекции</i>		-
<i>Семинарские занятия</i>		-
<i>Практические занятия</i>	6	6
<i>Лабораторные работы</i>		-
<i>Промежуточная аттестация</i>	к/р	к/р
Самостоятельная работа обучающегося	30	30
<i>В том числе:</i>		
<i>Курсовая работа</i>		-
<i>Расчётно-графические работы</i>		-
<i>Рефераты</i>		-
<i>Письменные самостоятельные работы</i>	2	2
<i>Изучение теоретического материала</i>	2	2
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	26	26
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		
Общая трудоёмкость	часы	36
	зачетные единицы	1

*из 6 часов – 2 в активной и интерактивной формах
Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1

Контактная работа преподавателей с обучающимися		4	4
<i>В том числе:</i>			
<i>Лекции</i>			-
<i>Семинарские занятия</i>			-
<i>Практические занятия</i>		4	4
<i>Лабораторные работы</i>			-
<i>Промежуточная аттестация (контрольная работа)</i>		к/р	к/р
Самостоятельная работа обучающегося		32	32
<i>В том числе:</i>			
<i>Курсовая работа</i>			-
<i>Расчётно-графические работы</i>			-
<i>Рефераты</i>			-
<i>Письменные самостоятельные работы</i>		2	2
<i>Изучение теоретического материала</i>		4	4
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		26	26
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>			
Общая трудоемкость	часы	36	36
	зачетные единицы	1	1

**из 4 часов – 2 в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема 1. Основы информационных и библиотечно-библиографических знаний	2 к/р 1	12	14
2	Тема 2. Профессиональные электронные базы данных локального и удаленного доступов	2 к/р 2	12	14
3	Тема 3. Библиографическое описание ресурса	2	6	8
ИТОГО (в часах)		6	30	36

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Практические занятия	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема 1. Основы информационных и библиотечно-библиографических знаний	2 к/р № 1	12	14
2	Тема 2. Профессиональные электронные базы данных локального и удаленного доступов	2 к/р № 2	12	14
3	Тема 3. Библиографическое описание ресурса		8	8
ИТОГО (в часах)		4	32	36

4.46. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Музритмика»

Автор-разработчик: Ткачева Ольга Ивановна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики гимнастики

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции, соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	05.003 D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	УК-7. Знает: <i>-сенситивные периоды в развитии основных физических качеств;</i> <i>-возрастную психологию;</i> <i>-методы оценки уровня развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства занимающихся;</i> <i>-правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи</i> <i>-комплексы общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для повышения уровня общефизической подготовки;</i> основы музыкальной грамоты; краткий исторический обзор становления танца; взаимосвязь упражнений и музыки; методику проведения занятий под музыку; методику обучения основным упражнениям (шагам) хореографии, танца, аэробики, шейпинга планировать, проводить и анализировать занятия по изученным видам физкультурно-

		<p>спортивной деятельности; - терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности; - применять приёмы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений.</p> <p>УК-7. Умеет: -использовать систему тестов для контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся; -контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий; -выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося; -выполнять основные приемы обучения техники выполнения основных упражнений (шагов) хореографии, танца, аэробики, шейпинга; овладевать новыми по отношению к полученному в вузе образованию видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования; применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; оказать первую помощь при травмах в процессе выполнения физических упражнений;</p>
--	--	---

тестирования)														
Подготовка к промежуточной аттестации		28	28											
Общая трудоемкость	часы	108	108											
	зачетные единицы	3	3											

*из 14 часов – 8 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. «Музыкально-ритмическое воспитание: предмет и особенности его преподавания»				
	Тема 1.1. «Цели, задачи и средства музыкально-ритмического воспитания»	2	6	8	16
	Тема 1.2. «Методика проведения занятий по музыкально-ритмическому воспитанию»	2	10	12	24
2	Раздел 2. «Музыка и движения как основные средства музыкально-ритмического воспитания человека»				
	Тема 2.1. «Основы музыкальной грамоты»	2	8	10	20
	Тема 2.2. «Взаимосвязь движений и музыки»	-	12	12	24
	Тема 2.3. «Танец как часть двигательной культуры человека»	-	12	12	24
ИТОГО (в часах)		6	48	54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
1	Раздел 1. «Музыкально-				

	ритмическое воспитание: предмет и особенности его преподавания»				
	Тема 1.1. «Цели, задачи и средства музыкально-ритмического воспитания»	1	4	15	20
	Тема 1.2. «Методика проведения занятий по музыкально-ритмическому воспитанию»	1	2	17	20
2	Раздел 2. «Музыка и движения как основные средства музыкально-ритмического воспитания человека»				
	Тема 2.1. «Основы музыкальной грамоты»	-	2	18	20
	Тема 2.2. «Взаимосвязь движений и музыки»	-	2	22	24
	Тема 2.3. «Танец как часть двигательной культуры человека»	-	2	22	24
ИТОГО (в часах)		2	12	94	108

4.47 (а³) РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Атлетическая гимнастика»

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Компетенция	Трудовые функции (при наличии)	Индикаторы достижения
1	2	3
<p>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>05.003 D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину

³ (а) – Альтернативная дисциплина

		<p>нагрузки на занятиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p><i>ПК-5.1. Знает:</i></p> <p><i>Технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Адаптация и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках</i></p> <p><i>Виды, особенности применения восстановительных средств в виде спорта, их влияние на организм спортсменов</i></p> <p><i>Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Программа спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Комплексные методика совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i></p> <p><i>Общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации</i></p> <p><i>Построение процесса спортивной подготовки</i></p>

		<p><i>в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</i> <i>Правила вида спорта</i> <i>Правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря</i> <i>ПК -5.2. Умеет:</i> <i>Оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов</i> <i>Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения</i> <i>Использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата</i> <i>Предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок</i> <i>Рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий)</i> <i>ПК – 5.3. Имеет опыт:</i></p> <p><i>Постановка и контроль исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки</i> <i>Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря</i></p>
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Атлетическая гимнастика» относится к части блока 1, формируемой участниками образовательных отношений, является альтернативной элективной дисциплиной учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при обучении на очной форме и на 1 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>аттестации</i>													
Общая трудоёмкость	часы	108	108										
	зачетные единицы	3	3										

**из 14 часов –12 в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Основы техники упражнений атлетической гимнастики	2				2	4
2	Методика обучения технике упражнений в атлетической гимнастике.	2				2	4
3	Классические упражнения в атлетической гимнастике. Техника приседания со штангой на спине			10		10	20
4	Классические упражнения в атлетической гимнастики. Техника жима штанги с груди лежа на горизонтальной скамье.			10		10	20
5	Классические упражнения в атлетической гимнастики. Техника становой тяги.			10		10	20
6	Организация и правила проведения соревнований по атлетической гимнастике.	2				2	4
7	Занятие по атлетической гимнастике			18		18	36
	Итого	6		48		54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Основы техники упражнений атлетической гимнастики					4	4
2	Методика обучения технике упражнений в атлетической гимнастике.	2				2	4
3	Классические упражнения в атлетической гимнастике. Техника приседания со штангой на спине			4		16	20

4	Классические упражнения в атлетической гимнастики. Техника жима штанги с груди лежа на горизонтальной скамье.			2		18	20
5	Классические упражнения в атлетической гимнастики. Техника становой тяги.			4		16	20
6	Организация и правила проведения соревнований по атлетической гимнастике.					4	4
7	Занятие по атлетической гимнастике			2		34	36
	Итого	2		12		94	108

4.48. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Туризм и спортивное ориентирование»

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1.Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, спортивного туризма и ориентирования; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня

		<p>физической подготовленности по результатам тестирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды спортивного туризма; - особенности техники туризма в зависимости от вида; - правила выполнения отдельных элементов техники с учетом требований безопасности; - требования к физической подготовке в спортивного туризме и ориентировании; - методы контроля физической и технической подготовленности в

		<p>различных видах спортивного туризма и ориентировании;</p> <ul style="list-style-type: none">-способы выполнения технических элементов туризма в зависимости от условий. <p>ПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- классифицировать виды туризма по способу передвижения и задачам;-осуществлять двигательную деятельность в различных видах туризма;- выполнять отдельные элементы техники с учетом требований безопасности;- подбирать средства и методы физической подготовки в спортивном туризме и ориентировании;- контролировать уровень физической и технической подготовленности в различных видах спортивного туризма и ориентировании;- выполнять технические элементы туризма в зависимости от условий. <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none">- участия в соревнованиях по различным видам спортивного туризма;- выполнения отдельных элементов техники в различных видах туризма;- безопасного выполнения технических элементов спортивного туризма;- подбора упражнений для физической и технической подготовки в различных видах туризма;- навыки оценивания уровня технической и физической подготовленности в спортивном туризме и ориентировании;- выбора тактики выполнения элементов туризма в зависимости от условий.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Туризм и спортивное ориентирование» относится к блоку 1 учебного плана образовательной программы формируемого участниками образовательных отношений. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается во втором семестре при обучении на очной и заочной формах. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры										
			<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>			
Контактная работа преподавателей с обучающимися		36*		36									
<i>В том числе:</i>													
<i>Лекции</i>		<i>6</i>		<i>6</i>									
<i>Семинарские занятия</i>		<i>-</i>		<i>-</i>									
<i>Практические занятия</i>		<i>30</i>		<i>30</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>				<i>зачет</i>									
Самостоятельная работа обучающегося		36		36									
<i>В том числе:</i>													
<i>Письменные самостоятельные работы</i>													
<i>Изучение теоретического материала</i>		<i>36</i>		<i>36</i>									
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>													
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>													
Общая трудоемкость		часы	72	72									
		зачетные единицы	2	2									

*из 72 часа – 36 часов в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры							
			<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>

Контактная работа преподавателей с обучающимися		10*		10						
В том числе:										
Лекции		2		2						
Семинарские занятия		-		-						
Практические занятия		8		8						
Промежуточная аттестация (зачет)				зачет						
Самостоятельная работа обучающегося		62		62						
В том числе:										
Письменные самостоятельные работы										
Изучение теоретического материала		62		62						
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)										
Подготовка к промежуточной аттестации										
Общая трудоемкость	часы	72		72						
	зачетные единицы	2		2						

*из 72 часа – 10 часов в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

1 курс (2 семестр)

№ п/п	Вид учебной работы	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Спортивно-оздоровительный туризм							
1	Тема 1.1. История туризма, цели, задачи, классификация	1					1

2	Тема 1.2. Организация и проведение туристических походов	1				6	7
3	Тема 1.3. Организация и проведение соревнований по туристическим видам многоборья.	2				6	8
4	Тема 1.4. Техника в пешеходном и водном туризме.			12		6	18
5	Тема 1.5. Материально-техническое обеспечение в туристических походах.			4		6	10
Раздел 2. Спортивное ориентирование.							
6	Тема 2.1. Спортивное ориентирование как вид спорта.	2					2
7	Тема 2.2. Современные 8 технологии в спортивном ориентировании			6		6	12
8	Тема 2.3. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию			8		6	14
Итого часов:		6		30		36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

1 курс (2 семестр)

№ п/п	Вид учебной работы	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Спортивно-оздоровительный туризм							
	Тема 1.1. История туризма, цели, задачи, классификация	1				4	5
	Тема 1.2. Организация и проведение туристических походов	1				4	5
	Тема 1.3. Организация и проведение соревнований по туристическим видам многоборья.			2		8	10
	Тема 1.4. Техника в пешеходном и водном туризме.			2		10	12

	Тема 1.5. Материально-техническое обеспечение в туристических походах.			1		10	11
Раздел 2. Спортивное ориентирование							
	Тема 2.1. Спортивное ориентирование как вид спорта.			1		10	11
	Тема 2.2. Современные 8 технологии в спортивном ориентировании			1		8	9
	Тема 2.3. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию			1		8	9
	Итого часов:	2		8		62	72

4.49 (а) РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Экологический туризм»

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук.

АННОТАЦИЯ**РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотносённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1.Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре, спорту и туризму; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и экологического туризма; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре с использованием средств экологического туризма; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования;

Контактная работа преподавателей с обучающимися		36*		36						
<i>В том числе:</i>										
<i>Лекции</i>		6		6						
<i>Семинарские занятия</i>		-		-						
<i>Практические занятия</i>		30		30						
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>				зачет						
Самостоятельная работа обучающегося		36		36						
<i>В том числе:</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		36		36						
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>										
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>										
Общая трудоемкость	часы	72		72						
	зачетные единицы	2		2						

*из 72 часа – 36 часов в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
Контактная работа преподавателей с обучающимися	10*		10						
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	2		2						
<i>Семинарские занятия</i>	-		-						
<i>Практические занятия</i>	8		8						

<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>				зачет					
Самостоятельная работа обучающегося		62		62					
<i>В том числе:</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>		62		62					
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>									
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>									
Общая трудоемкость	часы	72		72					
	зачетные единицы	2		2					

**из 72 часа – 10 часов в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

1 курс (2 семестр)

№ п/п	Вид учебной работы	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема 1. Экологический туризм, цели, задачи, классификация	2		2		6	10
2	Тема 2. Организация и проведение экологических туристических походов и экспедиций	2		12		6	20
3	Тема 3. Материально-техническое обеспечение в экологических походах.			4		6	10
4	Тема 4. Организация экологического туризма на ООПТ.	2		4		6	12
5	Тема 5. Сельский туризм (агротуризм)			4		6	10

6	Тема 6. Экологический туризм в Северо-западном регионе.			4		6	10
Итого часов:		6		30		36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

1 курс (2 семестр)

№ п/п	Вид учебной работы	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема 1. Экологический туризм, цели, задачи, классификация	1				8	9
2	Тема 2. Организация и проведение экологических туристических походов и экспедиций	1		2		8	11
3	Тема 3. Материально-техническое обеспечение в экологических походах.			2		10	12
4	Тема 4. Организация экологического туризма на ООПТ.			2		12	14
5	Тема 5. Сельский туризм (агротуризм)			1		12	13
6	Тема 6. Экологический туризм в Северо-западном регионе.			1		12	13
	Итого часов:	2		8		62	72

4.50.1 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (легкая атлетика)»

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, к.п.н., доцент теории и методики легкой атлетики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>05.003 D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>УК-7.1. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря <p>УК-7.2. Умеет: <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет опыт:</p> </p></p>

Семинарские занятия									
Практические занятия		164	34	32	36	26	36		
Лабораторные работы									
Промежуточная аттестация (зачет)									
Самостоятельная работа обучающегося		164	34	32	36	26	36		
В том числе:									
Курсовая работа									
Расчётно-графические работы									
Рефераты									
Письменные самостоятельные работы									
Изучение теоретического материала									
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)									
Подготовка к промежуточной аттестации									
Общая трудоемкость	часы	328	68	64	72	52	72		
	зачетные единицы								

*из 164 часов – 152 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающегося	Всего часов
	1 курс						
	Раздел 1. Общие вопросы теории и методики легкой атлетики						
1	Тема 1.1. Легкая атлетика – массовый и олимпийский вид спорта. Классификация. Урок по легкой атлетике. Учебно-тренировочное занятие. Методика преподавания Терминология. Тема 1.2. История развития легкой атлетики в России и в мире. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма			2		2	4
	Раздел 2. Анализ техники видов легкой атлетики и методика обучения						
2	Тема 2.1. Анализ техники ходьбы и методика обучения. Средства и методы подготовки в ходьбе.			2		2	4
3	Тема 2.2. Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на средние дистанции			2		2	4
4	Тема 2.3. Анализ техники бега на короткие дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на короткие дистанции			2		2	4
5	Тема 2.4. Анализ техники метания мяча и методика обучения. Средства и методы подготовки в метании			2		2	4

	мяча						
6	Тема 2.5. Анализ техники метания гранаты и методика обучения. Средства и методы подготовки в метании гранаты			2		2	4
7	Тема 2.6. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в высоту			2		2	4
8	Тема 2.7. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в длину.			2 К.р. 1		2	4
	Раздел 3. Учебная практика						
9	Тема 3.1. Учебно-тренировочное занятие в легкой атлетике, конспект урока, терминология			2		2	4
10	Тема 3.2. Подготовительная часть учебно-тренировочного занятия в легкой атлетике			8		8	16
	Раздел 4. Формирование двигательной функции средствами легкой атлетики						
11	Тема 4.1. Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике			2 К.р. 2		2	4
12	Тема 4.2. Методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми и подростками			4		4	8
	Раздел 5. Организация и правила соревнований по легкой атлетике						
13	Тема 5.1. Организация и правила соревнований по легкой атлетике			2		2	4
	Итого за 1 курс:			34		34	68
	2 курс						
	Раздел 2. Анализ техники видов легкой атлетики и методика обучения						
14	Тема 2.1. Анализ техники ходьбы и методика обучения. Средства и методы подготовки в ходьбе.			4		4	8
15	Тема 2.2. Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на средние дистанции			4		4	8
16	Тема 2.3. Анализ техники бега на короткие дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на короткие дистанции			4		4	8
17	Тема 2.6. Анализ техники прыжка в высоту и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в высоту			4 К.р. 3		4	8
17	Тема 2.7. Анализ техники прыжка в длину и тройным и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в длину.			4		4	8
18	Тема 2.8. Анализ техники эстафетного бега 4x100м и методика обучения. Средства и методы подготовки в эстафетном беге			4		4	8
20	Тема 2.9. Анализ техники толкания ядра и методика обучения. Средства и методы подготовки в толкании			4		4	8

	ядра						
21	Тема 2.10. Анализ техники метания копья и методика обучения. Средства и методы подготовки в метании копья			4		4	8
22	Тема 2.11. Анализ техники метания диска и методика обучения. Средства и методы подготовки в метании диска			4 К.р.4		4	8
	Раздел 3. Учебная практика						
23	Тема 3.3. Учебно-тренировочное занятие по легкой атлетике			12		12	24
	Раздел 4. Формирование двигательной функции средствами легкой атлетики						
24	Тема 4.1. Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике			4		4	8
25	Тема 4.2. Методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми и подростками			4		4	8
26	Тема 4.3. Методика проведения занятий по легкой атлетике с лицами среднего, старшего и пожилого возраста и с женщинами			4 К.р. 5		4	8
	Раздел 5. Организация и правила соревнований по легкой атлетике						
27	Тема 5.1. Организация и правила соревнований по легкой атлетике			2		2	4
	Раздел 6. Основы техники видов легкой атлетики						
28	Тема 6.1. Основы техники ходьбы и бега			2		2	4
29	Тема 6.2. Основы техники метаний			2		2	4
30	Тема 6.3. Основы техники прыжков			2 К.р.6		2	4
	Итого за 2 курс			68		68	136
	3 курс						
	Раздел 2. Анализ техники видов легкой атлетики и методика обучения						
31	Тема 2.1. Анализ техники ходьбы и методика обучения. Средства и методы подготовки в ходьбе.			2		2	4
32	Тема 2.2. Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на средние дистанции			2		2	4
33	Тема 2.3. Анализ техники бега на короткие дистанции и методика обучения. Средства и методы подготовки в беге на короткие дистанции			2		2	4
34	Тема 2.6. Анализ техники прыжка в высоту и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в высоту			2 К.р.7		2	4
35	Тема 2.7. Анализ техники прыжка в длину и тройным и методика обучения. Средства и методы подготовки в прыжках в длину.			2		2	4
36	Тема 2.8. Анализ техники эстафетного бега 4x100м и методика обучения. Средства и методы подготовки в			2		2	4

	эстафетном беге					
37	Тема 2.9. Анализ техники толкания ядра и методика обучения. Средства и методы подготовки в толкании ядра		2		2	4
38	Тема 2.10. Анализ техники метания копья и методика обучения. Средства и методы подготовки в метании копья		2		2	4
39	Тема 2.11. Анализ техники метания диска и методика обучения. Средства и методы подготовки в метании диска		2		2	4
40	Тема 2.12. Анализ техники барьерного бега и методика обучения. Средства и методы подготовки в барьерном беге		4 К.р.8		4	8
	Раздел 3. Учебная практика					
41	Тема 3.3. Учебно-тренировочное занятие по легкой атлетике		18		18	36
	Раздел 4. Формирование двигательной функции средствами легкой атлетики					
42	Тема 4.1. Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике		10 К.р. 9		10	20
43	Тема 4.2. Методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми и подростками		10		10	20
	Раздел 5. Организация и правила соревнований по легкой атлетике					
44	Тема 5.1. Организация и правила соревнований по легкой атлетике		2 К.р. 10		2	4
	<i>Итого за 3 курс:</i>		62		62	124
	<i>Итого:</i>		164		164	328

4.50.2 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (гимнастика)»

Автор-разработчик: Румянцев Александр Андреевич, кандидат педагогических наук, преподаватель кафедры теории и методики гимнастики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003) для 49.03.01	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>		<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения

		<p>технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none">- основы планирования и проведения занятий по физической культуре;- основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования;- правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;- проводить занятия по общей физической подготовке;- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none">- самоконтроля и анализа
--	--	---

		своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических качеств и факторы, их определяющие; - основные показатели физической подготовленности в ИВС; - средства и методы физической подготовки и возможности их применения в спортивной деятельности; - методику подбора физических упражнений для развития общих и специальных физических качеств; - требования к физической подготовке в избранном виде спорта; - методы контроля физической подготовленности; <p>ПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы физической подготовки для их применения в спортивной деятельности; - подбирать физические упражнения для развития общих и специальных физических качеств; - планировать применение средств и методов физической подготовки; - подбирать систему контрольных тестов для оценки общей и специальной физической подготовленности; <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора физических упражнений для развития общих и специальных физических качеств в

		ИВС; - планирования методов и средств физической подготовки в ИВС; - сдачи контрольных нормативов; - анализа показателей физической подготовленности в ИВС.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту - Физическая подготовка (гимнастика)» относится к части Блока 1, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсе при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: *зачёт*

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	164		34	32	36	26	36		
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>									
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	164		34	32	36	26	36		
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>			<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>		
Самостоятельная работа обучающегося	164		34	32	36	26	36		
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	84		16	16	16	16	20		
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	50		10	10	10	10	10		
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	30		6	6	6	6	6		
Общая трудоемкость	часы	328	68	64	72	52	72		
	зачетные единицы								

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	1 курс.				
1	Раздел 1. Физическая подготовка в гимнастике.				
	1.1. Введение в предмет «Физическая подготовка». Развитие физических качеств с использованием ОРУ.		6	6	12
	1.2. Средства и методы развития физических качеств.		6	6	12
	1.3. Физическая подготовка при обучении основам спортивной техники.		14 (2ч к.р 1)	14	28
2	Раздел 2. Подготовка гимнастов.				
	2.1. Физическая подготовка при обучении гимнастическим упражнениям.		4 (2ч к.р 2)	4	8
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным видам гимнастики.				
	3.1. Соревнования как средство физической подготовки.		4	4	8
	Итого за 1 курс		34	34	68
	2 курс.				
1	Раздел 1. Физическая подготовка в гимнастике.				
	1.1. Развитие физических качеств гимнастов		10 (2ч к.р 1.)	10	20
	1.2. Специальная физическая подготовка при формировании двухкомпонентных связей.		8	8	16
2	Раздел 2. Подготовка гимнастов.				
	2.1. Специальная физическая подготовка при совершенствовании техники гимнастических упражнений		12 (2ч к.р 2)	12	24
	2.2. Специальная техническая подготовка при совершенствовании техники гимнастических упражнений		32 (2ч к.р 3)	32	64

3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Соревнования как средство физической подготовки.		6 (2ч к.р 4)	6	12
	Итого за 2 курс		68	68	136
	3 курс				
1	Раздел 1. Физическая подготовка в гимнастике.				
	1.1. Развитие специальных физических качеств у гимнастов.		14 (2ч к.р 1)	14	28
	1.2. Общая и специальная физическая подготовка гимнастов.		12 (2ч к.р 2)	12	24
2	Раздел 2. Подготовка гимнастов.				
	2.1. Взаимосвязь общей физической и специальной физической подготовки с технической подготовкой.		18 (2ч к.р 3)	18	36
	2.2. Средства и методы развития общих и специальных физических качеств.		6 (2ч к.р 4)	6	12
3	Раздел 3. Соревнования по гимнастике.				
	3.1. Соревнования, как средство физической подготовки.		12	12	24
	Итого за 3 курс		62	62	124
ИТОГО (в часах)			164	164	328

4.50.3 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (единоборства)»

Авторы-разработчики: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

Васильков Игорь Евгеньевич, старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ПК-5. Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003) для 49.03.01	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий

		<p>по физической культуре и спорту;</p> <ul style="list-style-type: none">- методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС;- основы планирования и проведения занятий по физической культуре;- основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования;- правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;- проводить занятия по общей физической подготовке;- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет навыки</p>
--	--	--

		<p>и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических качеств и факторы, их определяющие; - основные показатели физической подготовленности в ИВС; - средства и методы физической подготовки и возможности их применения в спортивной деятельности; - методику подбора физических упражнений для развития общих и специальных физических качеств; - требования к физической подготовке в избранном виде спорта; - методы контроля физической подготовленности; <p>ПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы физической подготовки для их применения в спортивной деятельности; - подбирать физические упражнения для развития общих и специальных физических качеств; - планировать применение средств и методов физической подготовки; - подбирать систему контрольных тестов для оценки общей и специальной физической подготовленности; <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора физических

		упражнений для развития общих и специальных физических качеств в ИВС; - планирования методов и средств физической подготовки в ИВС; - сдачи контрольных нормативов; - анализа показателей физической подготовленности в ИВС.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (спортивные игры)» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсе при обучении на очной форме. На заочной форме обучения - нет. Вид промежуточной аттестации: *зачёт* при обучении на *очной* форме.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	164		34	32	36	26	36		
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>									
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	164		34	32	36	26	36		
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>			<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>		
Самостоятельная работа обучающегося	164		34	32	36	26	36		
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	84		16	16	16	16	20		
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	50		10	10	10	10	10		
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	30		6	6	6	6	6		
Общая трудоемкость	часы	328	68	64	72	52	72		
	зачетные единицы								

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	1 курс.				
1	Раздел 1. Физическая подготовка в единоборствах.				
	1.1. Введение в предмет «Физическая подготовка». Развитие физических качеств с использованием средств единоборств.		6	6	12
	1.2. Средства и методы развития физических качеств.		6	6	12
	1.3. Физическая подготовка при обучении основам спортивной техники и тактики.		14 (2ч к.р 1)	14	28
2	Раздел 2. Подготовка единоборцев.				
	2.1. Физическая подготовка при обучении техническим приёмам и тактическим действиям.		4 (2ч к.р 2)	4	8
3	Раздел 3. Соревнования по избранному виду единоборств.				
	3.1. Соревнования как средство физической подготовки.		4	4	8
	Итого за 1 курс		34	34	68
	2 курс.				
1	Раздел 1. Физическая подготовка в единоборствах.				
	1.1. Развитие физических качеств у единоборцев		10 (2ч к.р 1.)	10	20
	1.2. Специальная физическая подготовка при формировании двухкомпонентных связей.		8	8	16
2	Раздел 2. Подготовка единоборцев.				
	2.1. Специальная физическая подготовка при совершенствовании технических приемов единоборцев.		12 (2ч к.р 2)	12	24
	2.2. Специальная физическая подготовка при совершенствовании		32 (2ч к.р	32	64

	тактических действий единоборцев.		3)		
3	Раздел 3. Соревнования по избранному виду единоборств.				
	3.1. Соревнования как средство физической подготовки.		6 (2ч к.р 4)	6	12
	Итого за 2 курс		68	68	136
	3 курс				
	Раздел 1. Физическая подготовка в единоборствах.				
1	1.1. Развитие специальных физических качеств у единоборцев		14 (2ч к.р 1)	14	28
	1.2. Общая и специальная физическая подготовка единоборцев.		12 (2ч к.р 2)	12	24
	Раздел 2. Подготовка единоборцев.				
2	2.1. Взаимосвязь общей физической и специальной физической подготовки с технической и тактической подготовкой.		18 (2ч к.р 3)	18	36
	2.2. Средства и методы развития общих и специальных физических качеств.		6 (2ч к.р 4)	6	12
3	Раздел 3. Соревнования по избранному виду единоборств.				
	3.1. Соревнования как средство физической подготовки.		12	12	24
	Итого за 3 курс		62	62	124
ИТОГО (в часах)			164	164	328

4.50.4 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (спортивные игры)»

Автор-разработчик: Львова Людмила Григорьевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики спортивных игр

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003) для 49.03.01	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения

		<p>технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none">- основы планирования и проведения занятий по физической культуре;- основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования;- правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;- проводить занятия по общей физической подготовке;- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none">- самоконтроля и анализа
--	--	---

		своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды физических качеств и факторы, их определяющие; - основные показатели физической подготовленности в ИВС; - средства и методы физической подготовки и возможности их применения в спортивной деятельности; - методику подбора физических упражнений для развития общих и специальных физических качеств; - требования к физической подготовке в избранном виде спорта; - методы контроля физической подготовленности; <p>ПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы физической подготовки для их применения в спортивной деятельности; - подбирать физические упражнения для развития общих и специальных физических качеств; - планировать применение средств и методов физической подготовки; - подбирать систему контрольных тестов для оценки общей и специальной физической подготовленности; <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбора физических упражнений для развития общих и специальных физических качеств в

		ИВС; - планирования методов и средств физической подготовки в ИВС; - сдачи контрольных нормативов; - анализа показателей физической подготовленности в ИВС.
--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (спортивные игры)» относится к обязательной части блока 1 учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсе при обучении на очной форме. На заочной форме обучения - нет. Вид промежуточной аттестации: *зачёт* при обучении на *очной форме*.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	164		34	32	36	26	36		
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>									
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	164		34	32	36	26	36		
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация</i>			<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>		<i>Зач.</i>		
Самостоятельная работа обучающегося	164		34	32	36	26	36		
<i>В том числе:</i>									
<i>Курсовая работа</i>									
<i>Расчётно-графические работы</i>									
<i>Рефераты</i>									
<i>Письменные самостоятельные работы</i>									
<i>Изучение теоретического материала</i>	84		16	16	16	16	20		
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	50		10	10	10	10	10		
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	30		6	6	6	6	6		
Общая трудоемкость	часы	328	68	64	72	52	72		
	зачетные единицы								

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа студента	Всего часов
	1 курс.				
1	Раздел 1. Физическая подготовка в спортивных играх.				
	1.1. Введение в предмет «Физическая подготовка». Развитие физических качеств с использованием подвижных игр.		6	6	12
	1.2. Средства и методы развития физических качеств.		6	6	12
	1.3. Физическая подготовка при обучении основам спортивной техники и тактики.		14 (2ч к.р 1)	14	28
2	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
	2.1. Физическая подготовка при обучении техническим приёмам и тактическим действиям.		4 (2ч к.р 2)	4	8
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования как средство физической подготовки.		4	4	8
	Итого за 1 курс		34	34	68
	2 курс.				
1	Раздел 1. Физическая подготовка в спортивных играх.				
	1.1. Развитие физических качеств у баскетболистов, футболистов, волейболистов.		10 (2ч к.р 1.)	10	20
	1.2. Специальная физическая подготовка при формировании двухкомпонентных связей.		8	8	16
2	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
	2.1. Специальная физическая подготовка при совершенствовании технических приемов игры в нападении и защите (баскетбол,		12 (2ч к.р 2)	12	24

	футбол, волейбол).				
	2.2. Специальная физическая подготовка при совершенствовании индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите (баскетбол, футбол, волейбол).		32 (2ч к.р 3)	32	64
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования как средство физической подготовки.		6 (2ч к.р 4)	6	12
	Итого за 2 курс		68	68	136
	3 курс				
	Раздел 1. Физическая подготовка в спортивных играх.				
1	1.1. Развитие специальных физических качеств у баскетболистов, футболистов, волейболистов.		14 (2ч к.р 1)	14	28
	1.2. Общая и специальная физическая подготовка при интеграции приемов техники и тактики в игровую деятельность.		12 (2ч к.р 2)	12	24
	Раздел 2. Подготовка игроков и команд в спортивных играх.				
2	2.1. Взаимосвязь общей физической и специальной физической подготовки с технической и тактической подготовкой.		18 (2ч к.р 3)	18	36
	2.2. Средства и методы развития общих и специальных физических качеств.		6 (2ч к.р 4)	6	12
3	Раздел 3. Соревнования по спортивным играм.				
	3.1. Учебные игры и соревнования как средство физической подготовки.		12	12	24
	Итого за 3 курс		62	62	124
ИТОГО (в часах)			164	164	328

4.50.5 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (лыжный спорт)»

Авторы-разработчики: Багин Николай Анатольевич, кандидат педагогических наук, профессор кафедры теории и методики лыжного спорта

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики лыжного спорта

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения

		<p>занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря</p> <p>УК-7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; -</p>
--	--	---

		<p>владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности</p>
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>		<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эталонные характеристики техники движений, технико-тактических действий в ИВС; - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным техническим приемам и их разновидностям в ИВС; - современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; <p>ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить анализ техники в ИВС; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС; - подбирать методы и средства технической и тактической подготовки; - выбирать педагогические критерии и показатели для оценки техники выполнения упражнений; <p>ПК – 5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения технике и тактике ИВС, развития двигательных способностей; - совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физическая подготовка» относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту блока 1 учебного плана образовательной программы формируемого участниками образовательных отношений. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается со 2 по 6 семестр при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>					
		2	3	4	5	6	
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	164*	34	32	36	26	36	
<i>В том числе:</i>							
<i>Лекции</i>	-	-	-	-	-	-	
<i>Семинарские занятия</i>	-	-	-	-	-	-	
<i>Практические занятия</i>	164	34	32	36	26	36	
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>		зачет		зачет		зачет	
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	164	34	32	36	26	36	
<i>В том числе:</i>							
<i>Письменные самостоятельные работы</i>							
<i>Изучение теоретического материала</i>	112	26	22	24	16	24	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>	26	4	4	6	6	6	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>	26	4	6	6	4	6	
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	328	68	64	72	52	72
	<i>зачетные единицы</i>						

*из 164 часов – 114 часов в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

1 курс (2 семестр)

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Физическая культура как основа полноценной жизнедеятельности: задачи, средства, методы			6		6	12
2.	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности			4		4	8
3.	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности			8		8	16
4	Общая и специальная физическая подготовка лыжников-гонщиков			16		16	32
	Итого часов:			34		34	68

2 курс (3 - 4семестр)

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий			6		6	12
2.	Физическая подготовка лыжников-гонщиков			16		16	32
3.	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов по лыжному спорту			4		4	8
4	Организация тренировочного процесса, построение календаря соревнований и планирование учебно-тренировочных сборов			6		6	12

5	Анализ построения тренировочного процесса в многолетней подготовке спортсменов			8		8	16
6	Общая и специальная физическая подготовка лыжников-гонщиков			28		28	56
	Итого часов:			68		68	136

3 курс (5-6 семестры)

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Виды контроля за уровнем развития физических качеств			12		12	24
2.	Спорт высших достижений – управление подготовкой спортсменов			8		8	16
3.	Медико-биологический и допинговый контроль в спорте			8		8	16
4	Общая и специальная физическая подготовка лыжников-гонщиков			34		34	68
	Итого часов			62		62	124
	Итого за весь период обучения			164		164	328

4.50.6 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (спортивное ориентирование)»

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук.

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1.Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, спортивного туризма и ориентирования; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и

		<p>самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
<p>ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов</p>	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - виды спортивного туризма; - особенности техники туризма в зависимости от вида; - правила выполнения отдельных элементов техники с учетом требований безопасности; - требования к физической подготовке в спортивного туризме и ориентировании; - методы контроля физической и технической

		<p>подготовленности в различных видах спортивного туризма и ориентировании;</p> <ul style="list-style-type: none"> -способы выполнения технических элементов туризма в зависимости от условий. <p>ПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - классифицировать виды туризма по способу передвижения и задачам; -осуществлять двигательную деятельность в различных видах туризма; - выполнять отдельные элементы техники с учетом требований безопасности; - подбирать средства и методы физической подготовки в спортивном туризме и ориентировании; - контролировать уровень физической и технической подготовленности в различных видах спортивного туризма и ориентировании; - выполнять технические элементы туризма в зависимости от условий. <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - участия в соревнованиях по различным видам спортивного туризма; - выполнения отдельных элементов техники в различных видах туризма; - безопасного выполнения технических элементов спортивного туризма; - подбора упражнений для физической и технической подготовки в различных видах туризма; - навыки оценивания уровня технической и физической подготовленности в спортивном туризме и ориентировании; - выбора тактики выполнения элементов туризма в зависимости от условий.
--	--	--

--	--	--

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Туризм и спортивное ориентирование» относится к блоку 1 учебного плана образовательной программы формируемого участниками образовательных отношений. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается во втором семестре при обучении на очной и заочной формах. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	36*		36							
<i>В том числе:</i>										
<i>Лекции</i>	6		6							
<i>Семинарские занятия</i>	-		-							
<i>Практические занятия</i>	30		30							
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>			зачет							
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	36		36							
<i>В том числе:</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>	36		36							
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>										
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>										
Общая трудоемкость	часы	72	72							
	зачетные единицы	2	2							

*из 72 часа – 36 часов в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры

			1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		10*		10						
<i>В том числе:</i>										
<i>Лекции</i>		2		2						
<i>Семинарские занятия</i>		-		-						
<i>Практические занятия</i>		8		8						
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>				зачет						
Самостоятельная работа обучающегося		62		62						
<i>В том числе:</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		62		62						
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>										
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>										
Общая трудоемкость	часы	72		72						
	зачетные единицы	2		2						

*из 72 часа – 10 часов в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

1 курс (2 семестр)

№ п/п	Вид учебной работы	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Спортивно-оздоровительный туризм							

1	Тема 1.1. История туризма, цели, задачи, классификация	1					1
2	Тема 1.2. Организация и проведение туристических походов	1				6	7
3	Тема 1.3. Организация и проведение соревнований по туристическим видам многоборья.	2				6	8
4	Тема 1.4. Техника в пешеходном и водном туризме.			12		6	18
5	Тема 1.5. Материально-техническое обеспечение в туристических походах.			4		6	10
Раздел 2. Спортивное ориентирование.							
6	Тема 2.1. Спортивное ориентирование как вид спорта.	2					2
7	Тема 2.2. Современные 8 технологии в спортивном ориентировании			6		6	12
8	Тема 2.3. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию			8		6	14
Итого часов:		6		30		36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

1 курс (2 семестр)

№ п/п	Вид учебной работы	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
Раздел 1. Спортивно-оздоровительный туризм							
	Тема 1.1. История туризма, цели, задачи, классификация	1				4	5
	Тема 1.2. Организация и проведение туристических походов	1				4	5
	Тема 1.3. Организация и проведение соревнований по туристическим видам многоборья.			2		8	10

	Тема 1.4. Техника в пешеходном и водном туризме.			2		10	12
	Тема 1.5. Материально-техническое обеспечение в туристических походах.			1		10	11
Раздел 2. Спортивное ориентирование							
	Тема 2.1. Спортивное ориентирование как вид спорта.			1		10	11
	Тема 2.2. Современные 8 технологии в спортивном ориентировании			1		8	9
	Тема 2.3. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию			1		8	9
	Итого часов:	2		8		62	72

4.50.7 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Физическая подготовка (лыжный спорт и спортивное ориентирование)»

Авторы-разработчики: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук.

Багин Николай Анатольевич, кандидат педагогических наук, профессор кафедры теории и методики лыжного спорта

Филина Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики лыжного спорт

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		УК-7.1. Знает: - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения

		<p>занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря</p> <p>УК-7.2. Умеет: - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт: - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных</p>
--	--	--

		нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности
ПК – 5 - Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности	D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эталонные характеристики техники движений, технико-тактических действий в ИВС; - ошибки в технике и причины их возникновения в ИВС; - средства и методы обучения основным техническим приемам и их разновидностям в ИВС; - современные методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий; <p>ПК -5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить анализ техники в ИВС; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования техники в ИВС; - подбирать методы и средства технической и тактической подготовки; - выбирать педагогические критерии и показатели для оценки техники выполнения упражнений; <p>ПК – 5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучения технике и тактике ИВС, развития двигательных способностей; - совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физическая подготовка» относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту блока 1 учебного плана образовательной программы формируемого участниками образовательных отношений. В соответствии с учебным

планом дисциплина изучается со 2 по 6 семестр при обучении на очной форме. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры					
			2	3	4	5	6	
Контактная работа преподавателей с обучающимися		164*	34	32	36	26	36	
<i>В том числе:</i>								
<i>Лекции</i>		-	-	-	-	-	-	
<i>Семинарские занятия</i>		-	-	-	-	-	-	
<i>Практические занятия</i>		164	34	32	36	26	36	
<i>Промежуточная аттестация (зачет)</i>			зачет		зачет		зачет	
Самостоятельная работа обучающегося		164	34	32	36	26	36	
<i>В том числе:</i>								
<i>Письменные самостоятельные работы</i>								
<i>Изучение теоретического материала</i>		112	26	22	24	16	24	
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>		26	4	4	6	6	6	
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		26	4	6	6	4	6	
Общая трудоемкость		часы	328	68	64	72	52	72
		зачетные единицы						

*из 164 часов – 114 часов в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

1 курс (2 семестр)

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Физическая культура как основа полноценной жизнедеятельности: задачи, средства, методы			6		6	12
2.	Социально-биологические основы адаптации организма человека к физической и умственной деятельности			4		4	8
3.	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности			8		8	16
4	Общая и специальная физическая подготовка спортсмена в ИВС			16		16	32
	Итого часов:			34		34	68

2 курс (3 - 4семестр)

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятий			6		6	12
2.	Физическая подготовка спортсмена в ИВС			16		16	32
3.	Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов			4		4	8
4	Организация тренировочного процесса, построение календаря соревнований и планирование учебно-тренировочный сборов			6		6	12

5	Анализ построения тренировочного процесса в многолетней подготовке спортсменов			8		8	16
6	Общая и специальная физическая подготовка спортсмена в ИВС			28		28	56
	Итого часов:			68		68	136

3 курс (5-6 семестры)

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1.	Виды контроля за уровнем развития физических качеств			12		12	24
2.	Спорт высших достижений – управление подготовкой спортсменов			8		8	16
3.	Медико-биологический и допинговый контроль в спорте			8		8	16
4	Общая и специальная физическая подготовка спортсмена в ИВС			34		34	68
	Итого часов			62		62	124
	Итого за весь период обучения			164		164	328

5. АННОТАЦИИ РАБОЧИХ ПРОГРАММ БЛОКА 2 «ПРАКТИКА»

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ БЛОКА 2

УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА

5.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ

Автор-разработчик: Копаев Валерий Павлович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРАКТИКИ

Прохождение практики направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач;

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей, занимающихся различного пола и возраста;

ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;

ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения;

ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни;

ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь;

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся;

ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики;

ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-1. Способен осуществлять поиск,		УК-1.1. Знает: - понятие и классификацию систем;

<p>критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, ее целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы). <p>УК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций
---	--	--

		<p>системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода.</p> <p>УК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности: работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.</p>
<p>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей, занимающихся различного пола и возраста.</p>	<p>05.003 D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.</p>	<p>ОПК-1.1. Знает: - критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; - основные и дополнительные формы занятий; - документы планирования образовательного процесса; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального</p>

		<p>образования;</p> <ul style="list-style-type: none"> - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - <i>федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;</i> - <i>виды, содержание и технологии планирования тренировочных занятий;</i> - <i>актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами.</i> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; - определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; - <i>определять задачи и содержание тренировочного процесса для достижения цели;</i> - <i>планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки;</i> - <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями занимающихся;</i> - <i>контролировать и определять</i>
--	--	---

		<p><i>уровень тренировочной нагрузки занимающегося.</i></p> <p>ОПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ; - планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - <i>подготовки проектов многолетних и текущих (годовых) планов спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки;</i> - <i>разработки оперативных планов спортивной подготовки групп тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), планов тренировочных занятий;</i> - <i>составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства.</i>
<p>ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке;</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.</p>	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта; - воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным

	<p>спортом;</p> <ul style="list-style-type: none">- терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;- средства гимнастики и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;- основы обучения гимнастическим упражнениям;- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений;- основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты));- методики обучения технике легкоатлетических упражнений;- методики развития физических качеств средствами легкой атлетики;- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;- правила и организацию соревнований в легкой атлетике;- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики;- основы техники способов передвижения на лыжах;- методики обучения способам передвижения на лыжах;- методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки;- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой;- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий
--	---

		<p>оздоровительного характера средствами лыжного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; - методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы
--	--	--

	<p>активации познавательной активности занимающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - адаптацию и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках; - критерии предварительного соревновательного отбора; - программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося; - общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации; - построение процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря; - правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой
--	---

	<p>атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте; - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;
--	---

		<ul style="list-style-type: none">-контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике;- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения;- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;- использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке;- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;- осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;
--	--	---

		<p>- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;</p> <p>- формировать основы физкультурных знаний;</p> <p>- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</p> <p>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся;</p> <p>- контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;</p> <p>- разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок;</p> <p>- использовать систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся;</p> <p>- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</p> <p>- рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий).</p> <p>ОПК-3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</p> <p>- владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных</p>
--	--	---

	<p>и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики; - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;
--	---

		<p>проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечения роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствования разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирования адаптационных процессов, интегрального совершенствования различных сторон подготовленности занимающегося; - постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирования оптимальной тренировочной нагрузки, контроля оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки; - мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям; - контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.
--	--	---

<p>ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения.</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.</p>	<p>ОПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; - методику составления характеристики коллектива и основы его формирования в спорте; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов; - организацию воспитательного процесса в образовательных организациях; - виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте; - технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения; - <i>модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин.</i> <p>ОПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решать воспитательные задачи на
---	---	---

		<p>занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</p> <ul style="list-style-type: none"> - общаться с детьми различных возрастных категорий; - проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде; - помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива; - создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга; - <i>контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;</i> - использовать систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся. <p>ОПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и
--	--	---

		<p>значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; - составления психолого-педагогической характеристики, занимающегося физической культурой и спортом; - организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях; - проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечения роста интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, совершенствования разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирования адаптационных процессов, интегрального совершенствования различных сторон подготовленности занимающегося; - мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям.
<p>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа</p>	<p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.</p>	<p>ОПК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры,

жизни.		<p>национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества;</p> <ul style="list-style-type: none"> - составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; - основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; - механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; - санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; - гигиенические средства восстановления; - гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; - значение и особенности приема витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; - понятие «пищевой статус»; - <i>методы выявления задатков и способностей, оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств, психических особенностей, занимающихся с учетом спортивной ориентации;</i> - <i>теорию и методологию спортивного отбора и</i>
--------	--	--

	<p><i>прогнозирования, в том числе: основные принципы и методы спортивного отбора, методики массового и индивидуального отбора в виде спорта, методы выявления общих и специальных спортивных способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта (группе спортивных дисциплин);</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ОПК-6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; - определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; - планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; - использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов;
--	---

		<p>- устанавливать тренировочный режим с учетом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий;</p> <p>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</p> <p>- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни;</p> <p>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена (обучающегося);</p> <p>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценке, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</p> <p>- формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих;</p> <p>- выявлять способности занимающихся к достижению высоких спортивных результатов, к перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок;</p> <p>- использовать техники оценки подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки.</p> <p>ОПК-6.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>- обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта;</p> <p>- применения методик оценки физического развития детей и подростков;</p> <p>- использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся;</p>
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none">- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил;- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов;- организации встреч обучающихся с известными спортсменами;- использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению обучающихся к занятиям физической культурой и спортом;- <i>самостоятельного просмотра занимающихся на тренировочных занятиях, спортивных соревнованиях с целью оценки физических качеств и уровня освоения основ техники в виде спорта (группе спортивных дисциплин).</i>
--	--	--

<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.</p>	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной
---	---	--

		<p>реанимации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в
--	--	--

	<p>условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;</p> <ul style="list-style-type: none"> - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС; - <i>общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации;</i> - <i>правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря.</i> <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учетом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к
--	--

	<p>занятиям физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдению техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности; - <i>контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения;</i> - <i>использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата.</i>
--	---

	<p>ОПК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none">- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;- использования специальной аппаратуры и инвентаря;- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом;- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС;- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей)
--	--

		<p>несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся;</p> <p><i>- контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.</i></p>
<p>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.</p>	<p>D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства</p>	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <p>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</p> <p>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации;</p> <p>- нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования;</p> <p>- систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре;</p> <p><i>- федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;</i></p> <p><i>- актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами;</i></p> <p><i>- продолжительность систематической подготовки для</i></p>

	<p><i>достижения наивысших спортивных результатов;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной \подготовке.</i> <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся;</i> - <i>планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования;</i> - <i>оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля;</i> - <i>контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий;</i> - <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями занимающегося.</i> <p>ОПК-9.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>применения методов контроля движений и физических способностей человека;</i> - <i>проведения педагогического контроля занимающихся во время теоретических и тренировочных занятий, выступлений на соревнованиях;</i> - <i>оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося.</i>
--	---

<p>ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики.</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.</p>	<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий; - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования и физической культуры и спорта; - этические нормы в области спорта и образования; - <i>федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта;</i> - <i>программы спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин).</i> <p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом; - анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения
--	---	--

		<p>формальным требованиям нормативных правовых актов.</p> <p>ОПК-12.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований.
<p>ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.</p>	<p>D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.</p>	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; - систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; - систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; - требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; - федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; - содержание методического обеспечения тренировочного и

	<p>образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; - <i>содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке;</i> - <i>федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта.</i> <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; - определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - анализировать проведенные занятия по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; - <i>контролировать физическое, функциональное состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий;</i> - <i>подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями занимающихся;</i> - <i>оценивать результативность подготовки занимающихся.</i> <p>ОПК-14.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения педагогического наблюдения и анализа проведения
--	---

		<p>занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</p> <p>- педагогического контроля занимающихся во время теоретических и тренировочных занятий, выступлений на соревнованиях;</p> <p>подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</p> <p>- осуществления периодического и текущего контроля результатов исполнения групповых и индивидуальных планов спортивной подготовки занимающихся.</p>
--	--	---

МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Педагогическая практика относится к обязательной части Блока 2 – Б2.О.У1 Учебная практика. В соответствии с учебным планом практика проводится на 3 курсе при обучении на очной форме и на 4 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

Практика может быть частично реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Промежуточная аттестация не может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий (приложение 1).

ОБЪЕМ ПРАКТИКИ

Объем практики – 12 зачетных единиц (432 часа), продолжительность – 8 недель.

СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Виды работ и трудоемкость

№ п/п	Этапы и виды учебной работы в период практики	Всего часов	Виды учебной работы в период практики, трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			Наблюдение, изучение, анализ	Практическая работа	Самостоятельная работа/работа с документами	
	І. Организационно-ознакомительная деятельность	40	28	–	12	

1	Участие в установочной конференции (ознакомление с целью, задачами, содержанием практики), совещание с руководителем бригады.	2	2	–	–	Запись в дневнике практиканта
2	Знакомство с основными направлениями работы, традициями, правилами внутреннего трудового распорядка базовой школы, требованиями, предъявляемыми к обучающимся, документами планирования образовательного процесса.	6	4	–	2	Запись в дневнике практиканта. Собеседование
3	Изучение должностных обязанностей учителя физической культуры и порядка взаимодействия с педагогическим коллективом и с родителями учащихся (законными представителями), мер ответственности за жизнь и здоровье обучающихся, методического обеспечения предмета «Физическая культура».	4	2	–	2	Запись в дневнике практиканта. Собеседование
4	Знакомство с материально-технической базой школы, правилами ее эксплуатации, требованиями	4	2	–	2	Запись в дневнике практиканта. Собеседование

	безопасности, соблюдения санитарных и гигиенических правил и норм, проведения профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи.					
5	Знакомство с основополагающими нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность учителя физической культуры (Конституцией РФ, Законом об образовании, Законом о физической культуре и спорте, нормативными правовыми актами в области защиты прав ребенка, требованиями ФГОС, рабочими программами по предмету «Физическая культура», правилами безопасности при проведении занятий).	4	2	–	2	Запись в дневнике практиканта. Собеседование
6	Знакомство с подходами учителей физической культуры базовой школы по учету особенностей национального менталитета обучающихся и межкультурного взаимодействия в ходе преподавания	4	2	–	2	Запись в дневнике практиканта. Собеседование

	предмета «Физическая культура».					
7	Знакомство с подходами при обучении предмету «Физическая культура» детей с ограниченными возможностями здоровья.	2	2	–	–	Запись в дневнике практиканта. Собеседование
8	Ознакомление с правилами оценивания учащихся на уроках физической культуры в базовой школе, выставления отметок в официальные документы, опытом соблюдения объективности в оценочной деятельности учителем физической культуры (выражение гражданской позиции педагога).	2	2	–	–	Запись в дневнике практиканта. Собеседование
9	Изучение характера взаимодействия с медицинским работником школы, документальных материалов, характеризующих состояние здоровья и уровень физического развития обучающихся прикрепленных классов.	4	4	–	–	Запись в дневнике практиканта. Собеседование
10	Знакомство с прикрепленными классами, наблюдение за поведением учащихся на уроках физической	4	4	–	–	Запись в дневнике практиканта. Собеседование

	культуры, изучение психологических особенностей детей с учетом пола и возраста для построения оптимального взаимодействия в ходе образовательного процесса.					
11	Изучение порядка и правил действия учителя физической культуры базовой школы при угрозе и возникновении чрезвычайной ситуации, прохождение соответствующего инструктажа.	2	2	–	–	Запись в дневнике практиканта. Собеседование
12	Составление индивидуального плана прохождения практики.	2	–	–	2	Индивидуальный план работы в период практики.
	II. Методическая деятельность	200	16	–	184	
13	Разработка фрагмента годового плана (второе полугодие) физического воспитания по предмету «Физическая культура».	18	4	–	14	Годовой план по физическому воспитанию на второе полугодие для учащихся одного из прикрепленных классов
14	Разработка рабочего плана на четверть.	14	2	–	12	Четвертной/рабочий план (конкретизация годового)
15	Подготовка конспектов уроков физической культуры в соответствии с установленными требованиями к их написанию.	120	4	–	116	Конспекты уроков (первые уроки в возрастном звене – конспект и пояснительная к нему записка)
16	Составление плана физкультурно-	12	4	–	8	План физкультурно-

	спортивных и досуговых мероприятий на период практики.					спортивных и досуговых мероприятий
17	Составление годового плана секционной работы по виду спорта или ОФП (с учетом требований ФГОС и ФГССП).	8	2	–	6	Годовой план секционной работы
18	Составление рабочего плана проведения секционных занятий на период практики.	4	–	–	4	Рабочий план секционных занятий на период практики
19	Подготовка конспектов секционных тренировочных занятий.	20	–	–	20	Конспекты секционных занятий
20	Подготовка к проведению мастер класса по избранному виду спорта	4	–	–	4	План проведения мастер класса
	III. Педагогическая деятельность	182	14	114	54	
21	Практика в проведении уроков физической культуры	40	–	40	–	Утвержденные конспекты уроков
22	Проведение мастер класса с обучающимися образовательной организации по избранному виду спорта.	2	–	2	–	Проведение мастер класса
23	Практика в проведении секционных занятий по виду спорта или занятий по ОФП.	20	–	20	–	Утвержденные конспекты занятий
24	Проведение бесед с учащимися прикрепленного класса по этическим вопросам спорта, профилактике неспортивного поведения.	10	–	2	8	Конспекты бесед

25	Организация и проведение физкультурных мероприятий в режиме учебного дня.	20	2	6	12	Методические разработки
26	Составление психолого-педагогической характеристики обучающегося (детей) прикрепленного класса, педагогическая оценка удовлетворенности учащихся различными сторонами жизни класса.	10	2	4	4	Психолого-педагогическая характеристика
27	Проведение учебно-исследовательской работы на уроках физической культуры и секционных занятиях (педагогические наблюдения, хронометраж, пульсометрии, тестирование), составление отчета.	28	–	18	10	Протоколы, отчет
28	Проведение контрольного и зачетного урока	12	–	2	10	Конспекты, уроков
29	Ведение педагогического дневника в ходе практики (документа аналитического и обобщающего характера).	40	10	20	10	Дневниковые записи
	IV. Итоговая отчетная деятельность	10	–	4	6	
30	Составление отчета по практике.	6	–	–	6	Отчет по практике
31	Участие в собрании бригады на базе	2	–	2	–	Запись в дневнике

	образовательной организации по подведению итогов учебной педагогической практики.					практиканта, характеристик практиканта, предварительное оценивание
32	Прохождение аттестации и участие в заключительной конференции на базе вуза.	2	–	2	–	По плану отдела практики, дека
	ИТОГО часов:	432	58	118	256	
	Зачетных единиц	12				

Формы отчетности по практике

По итогам практики обучающийся должен подготовить **развернутый письменный отчет**. В отчете приводится информация **аналитического, обобщающего**, цифрового характера, отражаются результаты практики (знания, умения, навыки/опыт), отмечаются проблемы, возникшие в ходе прохождения практики, даются предложения по совершенствованию практики. Отчет оформляется в журнале практиканта. В качестве отчетной документации предоставляется:

1. Характеристика практиканта, подписанная групповым руководителем (методистом), учителем физической культуры, директором школы, заверенная печатью данной организации;
2. Характеристика практиканта, подписанная классным руководителем.
3. Журнал практиканта со всеми предусмотренными программой практики заданиями по основным разделам работы, включая отчет по практике;
4. Конспекты уроков физической культуры и тренировочных занятий в соответствии с установленными требованиями к их написанию (конспекты первых уроков в каждом возрастном звене – с пояснительной запиской и самоанализом урока);
5. Конспект зачетного урока с пояснительной запиской и самоанализом урока;
6. Задания по научно-исследовательской деятельности.

Примечание. Отчетные документы предоставляются в сброшюрованном виде в соответствии с заданной последовательностью (1,2,3,4,5,6).

ЧАСТЬ БЛОКА 2, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТИНКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА

5.2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ТРЕНЕРСКОЙ ПРАКТИКИ

Автор-разработчик: Прянишникова Ольга Альфонсовна, кандидат биологических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и педагогики

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРАКТИКИ

Прохождение практики направлено на формирование следующих компетенций:

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.

УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки. Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (спортивной дисциплине, группе дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.

ПК-3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научнометодического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, техникотактическими действиями, средствами выразительности.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы	05.003 D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки	УК-2.1. Знает: - требования и принципы целеполагания; - принципы и методы планирования; - виды и содержание планирования в

их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.	занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.	<p>физической культуре и спорте;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы организации и управления в области физической культуры и спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях; - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационноправовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования. <p>УК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - определять ожидаемые результаты решения задач; - разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта; - осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации; - проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия. <p>УК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>планирования и реализации циклов занятий различной продолжительности избранному виду спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования спортивных,
--	---	---

		<p>физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.
<p>УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.</p>	<p>05.003 D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.</p>	<p>УК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции и средства общения; - методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий; - методы убеждения, аргументации своей позиции; - сущностные характеристики и типологию лидерства; - факторы эффективного лидерства. <p>УК-3.2. Умеет:</p> <p>эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; - управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания; - анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу; - защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; - использовать в практике своей работы психологические подходы; - составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; - применять технологии развития лидерских качеств и умений; - применять психологические

		<p>приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка.</p> <p>УК-3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - решения образовательных и спортивных задач в составе команды.
<p>УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.</p>	<p>УК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС. <p>УК-4.2. Умеет</p> <p>на русском и иностранном языке: -</p> <ul style="list-style-type: none"> - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному тексту; - определять важность (ценность) информации; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. <p>УК-4.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-

		<p>тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки рефератов и письменного конспекта; - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта.
<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.</p>	<p>УК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. <p>УК-7.2. Умеет:</p>

		<ul style="list-style-type: none">- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;- планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности;- проводить занятия по общей физической подготовке;- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях;- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений;- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. <p>УК-7.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none">- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;- планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта;- планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности;- владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов;- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.
--	--	--

<p>ПК-1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.</p>	<p>D/02.6. Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства.</p>	<p>ПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутых профессиональными спортсменами;</i> - <i>физиологию спорта;</i> - <i>спортивную биохимию;</i> - <i>спортивную морфологию;</i> - <i>теорию вида спорта;</i> - <i>программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся для этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>виды, содержание и технологии планирования тренировочных занятий в виде спорта;</i> - <i>продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов, особенности адаптационных механизмов в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>модельные и авторские методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации;</i> - <i>технологии индивидуализации процесса профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>особенности построения процесса спортивной подготовки в виде</i>
---	--	--

	<p><i>спорта (группе спортивных дисциплин);</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>особенности тренировочной и соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров);</i> - <i>порядок составления отчетной документации по планированию спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</i> - <i>систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>содержание и техники комплексного контроля и учета в спортивной подготовке;</i> - <i>содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>специфику построения процесса подготовки профессиональных спортсменов в годичных и многолетних циклах;</i> - <i>структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки;</i> - <i>структуру индивидуального календаря спортивных соревнований;</i> - <i>технологии управления развитием спортивной формы в больших циклах подготовки;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</i> - <i>федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта.</i> <p>ПК-1.2. Умеет:</p>
--	--

	<p>- собирать и анализировать информацию о результатах выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях;</p> <p>- планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося;</p> <p>- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;</p> <p>- использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</p> <p>- анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</p> <p>- оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки;</p> <p>- контролировать и определять уровень тренировочной нагрузки занимающегося;</p> <p>- выявлять ключевые факторы достижения занимающимися высших спортивных результатов.</p> <p>ПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов</p>
--	---

	<p><i>тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>составления плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимися разрядных требований этапа совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>планирования тренировочных нагрузок при построении олимпийских макроциклов занимающихся;</i> - <i>составления индивидуального календаря спортивных соревнований;</i> - <i>подготовки проектов индивидуальных тренировочных планов спортивной подготовки занимающихся, формирования структуры многолетнего цикла и сроков его макроциклов в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, программой спортивной подготовки по виду спорта для этапа совершенствования спортивного мастерства, этапа высшего спортивного мастерства;</i> - <i>периодического и текущего контроль результатов исполнения групповых и индивидуальных планов спортивной подготовки занимающихся;</i> - <i>сравнительного анализа результативности выступления занимающихся в спортивных соревнованиях;</i> - <i>мониторинга выполнения нормативов и результатов выступления на спортивных соревнованиях, статистических результатов тренировочного</i>
--	--

		<p><i>процесса и соревновательной деятельности занимающихся;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>анализа данных медико-биологического контроля занимающихся, выявление проблем и определение методов их решения;</i> - <i>оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося;</i> - <i>анализа и разбор результатов выступлений занимающегося в спортивных соревнованиях, учет динамики спортивных достижений и результатов выступлений на официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</i> - <i>выявления факторов спортивного результата занимающегося в спортивных соревнованиях и методов управления результатом;</i> - <i>оценки качества выполнения занимающимся объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальным планом подготовки;</i> - <i>подготовки рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся.</i>
<p>ПК-2. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе спортивной подготовки.</p>	<p>D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов.</p>	<p>ПК-2.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>спортивную метрологию;</i> - <i>анатомию человека;</i> - <i>физиологию человека;</i> - <i>технологии спортивной тренировки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>адаптацию и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках;</i> - <i>виды, особенности применения восстановительных средств в виде</i>

	<p><i>спорта, их влияние на организм спортсменов;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>спортивную медицину;</i> - <i>критерии предварительного соревновательного отбора;</i> - <i>модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>направления и технологии индивидуализации спортивной подготовки;</i> - <i>предельный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин), методы ударных микроциклов и "подводки";</i> - <i>спортивную психологию;</i> - <i>программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>комплексные методики совершенствования спортивной техники и тактики в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>структуру годичного цикла, индивидуального плана спортивной подготовки занимающегося;</i> - <i>общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных мероприятий по виду спорта с учетом спортивной специализации;</i> - <i>особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>правила вида спорта;</i> - <i>правила использования спортивного оборудования, тренажеров, техники и инвентаря;</i> - <i> типовые (модельные) и авторские методики и технологии тренировки на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;</i> - <i>требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной</i>
--	--

	<p>классификацией;</p> <ul style="list-style-type: none"> - федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта. <p>ПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и интерпретировать данные комплексного исследования функционального состояния организма занимающегося, использовать их для определения направленности и объема тренировочных нагрузок; - использовать рациональную структуру, средства и методы годичных циклов спортивной подготовки для выполнения занимающимися нормативов кандидата мастера спорта, мастера спорта России, мастера спорта международного класса; - оценивать структуру функциональной подготовленности занимающегося, выявлять резервы в совершенствовании важнейших компонентов функциональной подготовленности в целях сохранения высших достижений и для повышения спортивных результатов; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения тренировочных занятий, диагностировать типичные симптомы перетренированности и перенапряжения; - использовать современное спортивное оборудование, технику, тренажеры для обеспечения спортивного результата; - предупреждать случаи травматизма и применения допинга во время тренировок; - оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных
--	---

	<p>дисциплин);</p> <ul style="list-style-type: none"> - моделировать в тренировке условия протекания реальных соревнований, управлять действиями занимающегося, спортсмена для повышения надежности реализации техники в экстремальных условиях соревнований; - разрабатывать и пояснять занимающимся физиологическую задачу тренировок; - использовать систему методов стимулирования для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся; - пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи; - рационально моделировать нагрузку для выхода на пик суперкомпенсации занимающегося в заданный промежуток времени, варьировать параметрами тренировочной программы (объем, интенсивность, частота тренировочных занятий). <p>ПК-2.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - построения индивидуализированного тренировочного процесса занимающихся в рамках структуры годового цикла; - проведения тренировочных занятий с занимающимися, обеспечение роста интеллектуальной подготовки в области теории и методике спорта, совершенствование разносторонней технико-тактической подготовленности и индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин), стимулирование адаптационных процессов, интегральное совершенствование различных сторон подготовленности занимающегося; - ормирования у занимающихся состояния готовности к соревнованиям, самонастройки, сосредоточения внимания и мобилизации;
--	---

		<ul style="list-style-type: none"> - постановки и контроля исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки; - мониторинга и контроля состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям; - проверки выполнения занимающимися плановых заданий и мероприятий, предусмотренных программой спортивной подготовки, индивидуальными планами подготовки; - контроля исполнения индивидуальных планов тренировочных занятий занимающимся в период тренировочных сборов, в каникулярный период; - подготовки занимающихся по инструкторской и судейской практике; - контроля выполнения занимающимися плана восстановительных мероприятий; - контроля безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.
<p>ПК-3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</p>	<p>D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</p>	<p>ПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - спортивную биохимию; - спортивную медицину; - основы организации здорового образа жизни; - методики медико-биологического и психологического тестирования; - методы и техники самоконтроля занимающегося; - антидопинговые правила; - права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля; - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; - методы организации медико-биологического контроля в спорте;

		<p>- порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</p> <p>- планы восстановительных мероприятий;</p> <p>- этические нормы в области спорта.</p> <p>ПК-3.2. Умеет:</p> <p>- вести отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</p> <p>- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</p> <p>- давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;</p> <p>- использовать данные дневников самоконтроля, данные медико-биологического тестирования и наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки занимающегося;</p> <p>- анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям;</p> <p>- выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии;</p> <p>- контролировать исполнение занимающимися медицинских предписаний, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья;</p> <p>- оформлять запрос на</p>
--	--	---

	<p><i>терапевтическое использование фармакологических средств, а также на модификации фармакологических средств, разрешенных для занимающегося;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>формлять запрос на отсрочку отбора пробы по уважительным причинам;</i> - <i>оформлять запрос на представителя, переводчика при выполнении процедур допинг-контроля;</i> - <i>устанавливать признаки нарушения правил отбора пробы и прав спортсмена при прохождении процедуры допинг-контроля;</i> - <i>контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств.</i> <p>ПК-3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</i> - <i>информирования занимающихся о номенклатуре запрещенных препаратов и манипуляций, о психологических и имиджевых последствиях использования допинга, об организационных и процедурных аспектах допинг-контроля;</i> - <i>информирования занимающихся о номенклатуре запрещенных препаратов и манипуляций, о психологических и имиджевых последствиях использования допинга, об организационных и процедурных аспектах допинг-контроля;</i> - <i>обучения занимающихся недопинговым методам повышения спортивной работоспособности;</i> - <i>анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной</i>
--	--

	<p><i>подготовки использование данных для коррекции спортивной подготовки;</i></p> <ul style="list-style-type: none"><i>- организации участия занимающегося в мероприятиях научных исследований в области спортивной медицины, теории и методике вида спорта;</i><i>- анализа результатов прохождения занимающимися процедур и мероприятий медицинского контроля, индивидуальных предписаний медицинских работников, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки;</i><i>- контроля выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья;</i><i>- уведомления медицинского работника о выявленных у занимающегося признаках ухудшения здоровья, травмах, патологиях;</i><i>- проведения дополнительных контрольных процедур для минимизации рисков нарушения антидопинговых правил, включая регулярное получение информации от занимающегося о месте его нахождения, о номенклатуре принимаемых занимающимся фармакологических средств;</i><i>- проведения дополнительных контрольных процедур для минимизации рисков нарушения антидопинговых правил, включая регулярное получение информации от занимающегося о месте его нахождения, о номенклатуре принимаемых занимающимся фармакологических средств.</i>
--	---

<p>ПК-4. Способен осуществлять руководство соревновательной деятельностью спортсменов.</p>	<p>D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося;</p>	<p>ПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации;</i> - <i>антидопинговые правила;</i> - <i>технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>основы адаптации и закономерности ее формирования у спортсменов при различных нагрузках;</i> - <i>спортивная психология;</i> - <i>спортивную медицину;</i> - <i>методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований;</i> - <i>программу спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>минимальный и предельный объем соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</i> - <i>модельные характеристики подготовленности по виду спорта (группе спортивных дисциплин) и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса;</i> - <i>индивидуальные факторы максимальной тренированности занимающегося, зона достижения оптимальных возможностей, зона поддержания высших спортивных результатов занимающегося;</i> - <i>положения хартии международной олимпийской организации;</i> - <i>особенности построения соревновательной деятельности в экстремальных условиях внешней среды (горные условия, жаркий и холодный климат, сдвиг временных параметров);</i>
--	--	--

		<p>- показатели многолетней динамики соревновательной деятельности занимающегося;</p> <p>- положения, правила и регламенты проведения официальных спортивных соревнований, международных соревнований по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>- правила вида спорта;</p> <p>- правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;</p> <p>- приемы и методы восстановления после физических нагрузок;</p> <p>- содержание календаря спортивных соревнований, предусмотренных программой спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин);</p> <p>- структуру индивидуального календаря спортивных соревнований;</p> <p>- требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с всероссийской спортивной классификацией;</p> <p>- этические нормы в области спорта.</p> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <p>- определять цели и задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата, моделировать соревновательную деятельность занимающегося;</p> <p>- производить соответствующий целям обоснованный выбор тактического варианта выступления занимающегося на соревновании;</p> <p>- формировать структуру действий занимающегося в зависимости от фазы соревновательной деятельности;</p> <p>- использовать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях, международных соревнованиях;</p> <p>- мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных</p>
--	--	---

	<p><i>результатов, на достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации, на включение в состав спортивных сборных команд Российской Федерации по видам спорта, группе спортивных дисциплин;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <i>- использовать соревновательную практику, оптимально строить индивидуальную систему соревнований для подведения занимающегося к главным спортивным мероприятиям сезона и четырехлетия;</i> <i>- оценивать и координировать навыки планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности занимающегося;</i> <i>- вести мониторинг и контроль физического, функционального и психического состояния занимающегося при подготовке и выступлениях на спортивных соревнованиях;</i> <i>- координировать действия занимающегося при выступлении на соревнованиях, использовать собственный тренировочный и соревновательный опыт;</i> <i>- применять средства общей и специальной психологической подготовки занимающихся к соревнованиям;</i> <i>- определять справедливость судейства, инициировать и реализовывать апелляционные процедуры;</i> <i>- контролировать выполнение формальных процедур для обеспечения участия занимающегося в спортивных соревнованиях;</i> <i>- выявлять сильные и слабые стороны подготовленности занимающегося, управлять индивидуальными факторами максимальной тренированности, сохранять ее на максимальном уровне, поддерживать достигнутую общую тренированность занимающегося.</i> <p>ПК-4.3. Имеет навыки и/или опыт</p>
--	--

	<p>деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - моделирования соревновательной деятельности занимающегося с учетом технической, тактической, функциональной и психологической подготовленности; - проектирования системы целей, фазовой структуры соревновательной деятельности занимающегося (предстартовая, собственно соревнование, фаза последствий) и действий занимающегося; - определения общей стратегии подготовки занимающегося к соревнованиям; - выбора тактического варианта выступления занимающегося в соревновании, адекватного цели выступления и возможностям предполагаемых соперников; - формирования мотивированного на достижение спортивного результата поведения занимающегося, психолого-методическая поддержка занимающегося в период соревнований; - анализа и разбора с занимающимся его соревновательной практики и соревновательной практики соперников, изучение кино- и видеоматериалов, специальной литературы, в том числе иностранной; - контроля прохождения занимающимся формальных процедур для участия в спортивных соревнованиях, в том числе процедур допинг-контроля; - контроля справедливости судейства, исполнения апелляционных процедур.
--	--

<p>ПК-5. Способен совершенствовать своё индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности.</p>	<p>D/01.6 Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.</p>	<p>ПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теорию и методiku физической культуры; - программу спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - методы оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств, психических особенностей с учетом спортивной ориентации; - методы и средства оценки степени закрепления техники выполнения упражнения; - методик комплексной оценки подготовленности в избранном виде спорта; - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта; - актуальные направления научных исследований в области спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин); - технологии профессионального спортивного совершенствования в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - теорию и методiku вида спорта; - <p>ПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); - использовать методы оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств, психических особенностей с учетом спортивной ориентации; - использовать методы и средства оценки степени закрепления техники выполнения упражнения; - интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности в избранном виде спорта; - Оценивать уровень спортивного
--	---	--

		<p>результата в избранном виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - прогнозировать развитие общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств в избранном виде спорта; - использовать техники оценки подготовленности занимающегося, соответствующие федеральным стандартам спортивной подготовки; - оценивать уровень спортивно-технического и тактического мастерства, степень закрепления техники; - давать комплексную оценку физической, функциональной, психологической подготовленности в избранном виде спорта, оценивать соразмерность различных сторон своей подготовленности; - <p>ПК-5.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа состояния здоровья, уровня подготовленности, результатов, достигнутых на тренировочном этапе (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений); - обследования соревновательной деятельности, включая изучение спортивно-технических результатов и их динамики (начало, вершина, спад) по годам подготовки; - организации выполнения занимающимся контрольных испытаний, соревновательных и контрольных прикидок для принятия решения о переводе занимающегося на этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства, фиксация и аналитическая обработка результатов тестирования; - оценки на основании собранной
--	--	---

		<p><i>информации личностно-психических качеств, способностей занимающихся к достижению высших спортивных результатов в виде спорта, к перенесению высоких тренировочных и соревновательных нагрузок, определение степени закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения в экстремальных условиях, технической готовности и устойчивости занимающегося к сбивающим факторам;</i></p>
--	--	---

МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Тренерская практика относится к части Блока 2, формируемой участниками образовательных отношений «Производственная практика». В соответствии с учебным планом практика проводится на 4 курсе при обучении на очной форме и на 5 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

Практика может быть частично реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Промежуточная аттестация не может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий (приложение 1).

ОБЪЕМ ПРАКТИКИ

Объём практики – 15 зачетных единиц (540 часа), продолжительность – 10 недель.

СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Виды работ и трудоемкость

№ п/п	Этапы, разделы и виды работ	Всего часов	Виды учебной работы и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости	Неделя
			Наблюдение, изучение, анализ	Практическая работа	Самостоятельная работа/работа с документами		
I.	Организационный этап	108	24	38	46		
	1. Участие в установочной конференции (ознакомление с целью, задачами, содержанием, практики).	4	2	–	2	Запись в дневнике практиканта.	1
	2. Основные направления работы, традиции,	10	2	4	4	Запись в дневнике (журнале)	1

распорядок работы ДЮСШ (спортивной организации); критерии оценки работы тренеров, требования, предъявляемые к занимающимся. 3. Оценка материально-технической базы ДЮСШ (спортивной организации), изучение правил ее эксплуатации, знакомство с оснащением оборудованием, инвентарем. 4. Организация и методика построения тренировочного процесса на базе практики по избранному виду спорта. 5. Изучение нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность тренера (Конституция РФ, Закон об образовании, Федеральный стандарт спортивной подготовки, правила безопасности при проведении занятий и др.). 6. Изучение показателей состояния здоровья и уровня физического развития детей по данным медицинского и педагогического контроля. 7. Составление индивидуального					практиканта.	
	12	2	6	4	Запись в дневнике (журнале) практиканта.	1
	10	4	2	4	Запись в дневнике (журнале) практиканта.	1
	12	2	4	6	Запись в дневнике (журнале) практиканта.	1
	12	2	4	6	Запись в дневнике (журнале) практиканта.	1-3

	плана прохождения практики. 8. Формирование групп для проведения тренировочных занятий. 9. Выявление особенностей спортивного коллектива, составление плана воспитательной работы. 10. Разработка документов планирования тренировочного процесса.	8 2 10 28	— — — 10	4 2 4 8	4 — 6 10	План работы практиканта. Запись в дневнике (журнале) Практиканта. Запись в дневнике (журнале) практиканта, план воспитательной работы. Годовой план-график тренировочного процесса, план подготовки спортсменов на период практики.	1 1 1 1
II.	Производственный этап Педагогическая деятельность: 1. Контроль качества обучения: - педагогические наблюдения за тренировочными занятиями, применением дидактических технологий; - хронометраж тренировочных занятий; - пульсометрия тренировочных занятий. 2. Практика в проведении мероприятий общевоспитательного характера (в	66 10 14 10 22	10 2 2 2 2	28 4 6 4 10	28 4 6 4 10	Протоколы наблюдений. Протоколы хронометража. Протоколы пульсометрии. Тезисы бесед, сценарии, планы.	2-4 2-5 2-5 2-8

соответствии с планом воспитательной работы). 3. Приобретение опыта проведения индивидуальной воспитательной работы с юными спортсменами.	10	2	4	4		2-8
Тренерская деятельность:	236	10	120	106		
1. Работа в роли ассистента тренера.	10	-	6	4		2-8
2. Оценка уровня подготовленности спортсменов тренировочной группы.	8	—	4	4	Записи в дневнике практиканта	2-8
3. Самостоятельное проведение тренировочных занятий.	158	6	78	74	Записи в дневнике практиканта (фрагменты конспектов) Запись в журнале практиканта	2-10
4. Получение опыта отбора детей для занятий конкретным видом спорта и спортивной ориентации.	14	4	4	6	Конспекты занятий	2-10
5. Разработка модели многолетней подготовки спортсменов прикрепленной группы.	12	—	6	6	Запись в дневнике практиканта	1-2
6. Разработка годового календаря соревнований по виду спорта.	12	-	8	4	Модель многолетней подготовки	2
7. Составление Положения о соревновании по избранному виду спорта.	8	-	4	4	Календарь соревнований	3-9
8. Практика в организации и проведении					Положение о соревновании	

соревнований.	14	-	10	4		2-9
Рекреационная деятельность:						
1. Проведение тренировок восстановительной направленности.	28	-	10	18		
2. Разработка комплексов мероприятий, направленных на управление массой тела (на повышение и понижение) и их применение.	10	-	4	6		3-5
	10	-	4	6	Конспекты занятий	2-8
					Комплексы мероприятий	
3. Разработка гигиенически обоснованного режима жизни юных спортсменов.	2	-	-	2		2
4. Составление плана туристско-оздоровительных мероприятий, проведение одного мероприятия.	6	-	2	4	Составление режима жизни юного спортсмена	2-5
Организационно-управленческая деятельность:						
1. Разработка плана работы спортивной организации, составления учетно-отчетных документов.	36	10	12	14	План, отчет	
	14	4	4	6		2-3
2. Составление индивидуальных финансовых документов.					План, учетно-отчетные документы.	
3. Разработка плана оснащения спортивной организации оборудованием, инвентарем, экипировкой.	12	4	4	4		2-3
	10	2	4	4	Авансовый отчет, смета	2-6
					План	

	<p>Научно-исследовательская деятельность:</p> <p>1. Оценка эффективности проведения тренировочных занятий на основе данных педагогического контроля</p> <p>2. Сбор информации для выпускной квалификационной работы.</p> <p>3. Выявление актуальной проблематики в области тренировочного процесса.</p> <p>Культурно-просветительская деятельность:</p> <p>1. Агитационно-пропагандистская работа по привлечению детей к занятиям спортом.</p> <p>2. Беседа по продвижению физкультурно-спортивных услуг на базе практики.</p> <p>3. Подготовка статьи для средств массовой информации, информационных и рекламных агентств об общественном мнении о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья.</p>	14	—	4	10		
		4	—	-	4	Сравнительная оценка эффективности и занятий	6-9
		6	—	2	4	Отчет	5-9
		4	-	2	2	Перечень тем	4-9
		20	—	10	10		
		2	-	2	-	План мероприятий, обоснование в дневнике практиканта	2-9
		8	—	4	4	Конспект беседы обоснование в дневнике практика.	2-9
		10	-	4	6	Статья, обоснование в дневнике практиканта.	2-9
III.	Итоговый этап	32	2	16	14		

1. Проведение зачетного тренировочного занятия	10	–	4	6	Учебно-методический комплекс (пояснительная записка, конспект, самоанализ)	9-10
2. Участие в собрании бригады на базе практики по подведению итогов производственной практики	10	2	4	4	Запись в дневнике практиканта	9-10
3. Составление отчета по практике	8	–	4	4	Аналитический отчет Зачет (порасписанию учебного отдела)	10
4. Участие в аттестации и заключительной конференции по итогам практики на базе академии	4	–	4	-		
ИТОГО ЧАСОВ	540	56	238	246	–	–

Формы отчетности по практике

По итогам практики обучающийся должен подготовить *развернутый письменный отчет*. В отчете приводится информация *аналитического, обобщающего, цифрового* характера, отражаются результаты практики (знания, умения, навыки/опыт), отмечаются проблемы, возникшие в ходе прохождения практики, даются предложения по совершенствованию практики. Отчет оформляется в журнале практиканта. В качестве отчетной документации предоставляется:

1. Характеристика практиканта, подписанная групповым руководителем (методистом), Тренером-преподавателем, директором, заверенная печатью данной организации;
2. Журнал практиканта со всеми предусмотренными программой практики заданиями по основным разделам работы, включая отчет по практике;
4. Конспекты тренировочных занятий в соответствии с установленными требованиями к их написанию (при прохождении практики по расписанию прикрепленной группы не менее 25 конспектов),
5. Конспект зачетного тренировочного занятия с пояснительной запиской и самоанализом;
6. Задания по научно-исследовательской деятельности.

Примечание. Отчетные документы предоставляются в сброшюрованном виде в соответствии с заданной последовательностью (1,2,3,4,5,6).

5.3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ

Автор-разработчик: Таран Ирина Ивановна, кандидат психологических наук, доцент кафедры теории и методики спортивных игр

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРАКТИКИ

Прохождение практики направлено на формирование следующих компетенций:

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.

ПК – 1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки.

ПК – 3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки.

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.		УК-1.1. Знает: <ul style="list-style-type: none"> - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе физической культуры, ее целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой;

		<p>- требования к оформлению библиографии (списка литературы).</p> <p>УК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач физической культуры с позиций системного подхода. <p>УК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта, и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.
<p>ПК – 1. Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах</p>	<p><i>(D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего</i></p>	<p>ПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта - систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности

спортивной подготовки	<i>спортивного мастерства)</i>	<p>занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин)</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи - методы сбора, систематизации, аналитической обработки информации <p>ПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся - анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся - оценивать результативность подготовки занимающихся, выявлять проблемы в организации спортивной подготовки и предлагать мероприятия по совершенствованию спортивной подготовки <p>ПК-1.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценки результативности тренировочного процесса, соотношения нормативных и достижимых значений показателей для занимающегося - подготовки рекомендаций по совершенствованию организации тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся
<p>ПК-3. Способен организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки</p>	<p><i>(D/05.6 Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки)</i></p>	<p>ПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки - правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи <p>ПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи

		<p>ПК-3.3. Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <p>- анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки</p>
--	--	---

МЕСТО ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Преддипломная практика относится к **части Блока 2, формируемой участниками образовательных отношений** – Б2.В.П2 Производственная практика. В соответствии с учебным планом практика проводится на 4 курсе при обучении на очной форме и на 5 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: дифференцированный зачет. Практика может быть частично реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Промежуточная аттестация не может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий (приложение 1).

ОБЪЕМ ПРАКТИКИ

Объём практики – 3 зачетных единиц (108 часов), продолжительность – 2 недели.

СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Виды работ и трудоемкость

№ п/п	Этапы и виды учебной работы в период практики	Всего часов	Виды учебной работы в период практики, трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости	Неделя
			Наблюдение, изучение, анализ	Практическая работа	Самостоятельная работа/работа с документами		
1	<p>I. Организационный этап</p> <p>1. Консультации с научным руководителем выпускной квалификационной работы (ВКР)</p> <p>2. Определение основных направлений по завершению написания и оформления ВКР</p>	18	8	5	5	Записи в дневнике.	1
2	<p>II. Производствен</p>	80	20	30	30	1.Наличие подготовленной	1-2

	<p>ный этап</p> <p>1. Посещение (в случае необходимости) базы исследования с целью уточнения деталей, необходимых для завершения ВКР.</p> <p>2. Проведение работы по заключительной обработке полученных данных.</p> <p>3. Оформление 3 главы ВКР, формулирование выводов и практических рекомендаций.</p> <p>4. Оформление ВКР в чистовом варианте. Сдача ВКР руководителю на проверку. Прохождение процедуры проверки на оригинальность.</p> <p>5. Сдача ВКР для рецензирования.</p> <p>6. Подготовка доклада и презентации для предзащиты ВКР.</p>					<p>в соответствии с установленными требованиям ВКР.</p> <p>2. Наличие доклада и презентации по теме ВКР.</p> <p>3. Справка об оригинальности работы автора.</p> <p>4. Записи в дневнике.</p>	
3	<p>III. Итоговый этап</p> <p>Прохождение предзащиты ВКР.</p> <p>2. Представление подготовленной ВКР на дифференцирова</p>	10	2	4	4	<p>Наличие чистового варианта ВКР, положительной рецензии, отзыва руководителя, справки о проверке на оригинальность, заявления о</p>	2

	нном зачёте и ответы на вопросы на зачёте					самостоятельно сти выполнения работы, доклада и презентации по теме ВКР. Прохождение предзащиты (протокол предзащиты). Дифференцирова нный зачёт.	
	ИТОГО часов:	10 8	30	39	39		
	Зачетных единиц	3					

Формы отчетности по практике

По итогам практики обучающийся в качестве отчетной документации предоставляет:

1. План работы;
2. Дневник практиканта.
3. Доклад для защиты выпускной квалификационной работы.
4. Презентация доклада по ВКР (в распечатанном виде).
5. При наличии сканы публикаций, сертификатов участника конференций и актов внедрения.

Примечание. Отчетные документы предоставляются в сброшюрованном виде в соответствии с заданной последовательностью (1,2,3,4,5,6).

6. АННОТАЦИИ РАБОЧИХ ПРОГРАММ ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН

6.1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Россия в международном Олимпийском движении»

Автор-разработчик: Белюков Д.А., к.и.н., доцент кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

ОПК-6.

Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Индикаторы достижения
1	2	3
УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах		УК-5 Знает: - основные исторические формы взаимодействия человека и общества, политические концепции; - периодизацию истории физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, УК-5 Умеет: - раскрывать суть исторического процесса: его закономерности, движущие силы; - давать объективную характеристику и интерпретацию исторического события, этапа, исторического деятеля; - формировать и аргументировано отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории; - соотносить общие исторические процессы и

		<p>отдельные факты, выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осознавать себя как активного участника исторического процесса, как преемственную и неотъемлемую часть своего народа, динамично развивающейся исторической и культурной общности; - устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических явлений в области физической культуры и спорта <p>УК-5 Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализа исторических источников, политических программ, общественных процессов; - организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера.
<p>ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>		<p>ОПК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - социальную роль физической культуры и спорта; - место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; - социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; <p>ОПК-6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди

		<p>о окружающих;</p> <ul style="list-style-type: none"> - рассказывать в доступной и увлекательной форме о физической культуре и спорте. <p>ОПК-6.3. Имеет навыки/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта; - использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом; - организации встреч обучающихся с известными спортсменами.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Россия в международном Олимпийском движении» относится к факультативной дисциплине учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе при обучении на очной форме и на 3 курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36*					36			
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>	<i>18</i>					<i>18</i>			
<i>Семинарские занятия</i>	<i>18</i>					<i>18</i>			
<i>Практические занятия</i>									
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (экзамен)</i>						<i>зач.</i>			
Самостоятельная работа обучающегося	36					36			

<i>В том числе:</i>											
<i>Курсовая работа</i>											
<i>Расчётно-графические работы</i>											
<i>Рефераты</i>											
<i>Письменные самостоятельные работы</i>											
<i>Изучение теоретического материала</i>		26					26				
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>											
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		10					10				
<i>В том числе:</i>	<i>часы</i>	72					72				
	<i>зачетные единицы</i>	2					2				

*из 36 часов – 16 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	10*						10				
<i>В том числе:</i>											
<i>Лекции</i>	4						4				
<i>Семинарские занятия</i>	6						6				
<i>Практические занятия</i>											
<i>Лабораторные работы</i>											
<i>Промежуточная аттестация (экзамен)</i>							зач.				
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	62						62				

<i>В том числе:</i>										
<i>Курсовая работа</i>										
<i>Расчётно-графические работы</i>										
<i>Рефераты</i>										
<i>Письменные самостоятельные работы</i>										
<i>Изучение теоретического материала</i>		52					52			
<i>Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)</i>										
<i>Подготовка к промежуточной аттестации</i>		10					10			
<i>Общая трудоемкость</i>	<i>часы</i>	72					72			
	<i>зачетные единицы</i>	2					2			

**из 10 часов – 4 в активной и интерактивной формах*

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Разделы и темы	Лекции	Семинары	Самостоятельная работа студента	Всего часов
Раздел 1. Россия у истоков современного олимпизма					
1	Тема 1.1. Спорт в Российской империи в конце XIX – начале XX вв.	2	2	4	8
2	Тема 1.2. Вступление России в олимпийское движение. А.Д. Бутовский.	2	2	4	8
3	Тема 1.3. Первые олимпийские старты российских спортсменов. Образование Российского олимпийского комитета. Российские Олимпиады.	2	2	4	8
Раздел 2. Советский и постсоветский периоды в отечественном олимпийском движении.					

4	Тема 2.1. Советский спорт в 1917-1952 гг.: вне олимпийской семьи	2	2	4	8
5	Тема 2.2. Советские спортсмены на Олимпийских играх (1952-1991 гг.)	2	2	4	8
6	Тема 2.3. Игры XXII Олимпиады в Москве в 1980 г.	2	2	2	6
7	Тема 2.4. Россия в современном олимпийском движении (с 1991 г.)	2	2	6	10
8	Тема 2.5. XXII Олимпийские зимние игры в Сочи в 2014 г.	2	2	6	10
9	Тема 2.6. Псковичи – олимпийцы. Музей спорта и олимпийского движения Псковского края.	2	2	2	6
ИТОГО (в часах)		18	18	36	72

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Разделы и темы	Лекции	Семинары	Самостоятельная работа студента	Всего часов
Раздел 1. Россия у истоков современного олимпизма					
1	Тема 1.1. Спорт в Российской империи в конце XIX – начале XX вв.	2		6	8
2	Тема 1.2. Вступление России в олимпийское движение. А.Д. Бутовский.	2		6	8
3	Тема 1.3. Первые олимпийские старты российских спортсменов. Образование Российского олимпийского комитета. Российские Олимпиады.		2	6	8
Раздел 2. Советский и постсоветский периоды в отечественном олимпийском движении.					
4	Тема 2.1. Советский спорт в 1917-1952 гг.: вне олимпийской семьи		2	6	8
5	Тема 2.2. Советские спортсмены на Олимпийских играх (1952-1991 гг.)		2	6	8
6	Тема 2.3. Игры XXII Олимпиады в Москве в 1980 г.			6	6
7	Тема 2.4. Россия в современном олимпийском движении (с 1991 г.)			10	10
8	Тема 2.5. XXII Олимпийские зимние игры в Сочи в 2014 г.			10	10
9	Тема 2.6. Псковичи – олимпийцы. Музей спорта и олимпийского движения Псковского края.			6	6
ИТОГО (в часах)		4	6	62	72

6.2. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ «Иностранный язык для профессиональных целей»

Авторы-разработчики: Ершова Наталья Генриховна, доцент, доктор педагогических наук, профессор кафедры иностранных языков

Дытко Екатерина Викторовна, старший преподаватель кафедры иностранных языков

АННОТАЦИЯ

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

Код и наименование компетенции	Код профессионального стандарта, код трудовой функции и наименование трудовой функции (при наличии), соотнесённые с профессиональным стандартом «Тренер» (код 05.003)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)		Знает: - основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества; - основные понятия и терминологию на русском и иностранном языках в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ООП; - правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском и иностранном языках; - правила воспроизведения изучаемого материала в категориях основных дидактических единицах иностранного языка в контексте изучаемых тем; - образование основных грамматических конструкций

		<p>иностранного языка; - нормативные клише иностранного языка, необходимые для письменной речи профессионального характера, основные языковые формы и речевые формулы, служащие для выражения определенных видов намерений, оценок, отношений в профессиональной сфере; - все основные виды чтения; - основные термины и понятия в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС.</p> <p>Умеет: на русском и иностранном языке: - выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации); - правильно и аргументировано сформулировать свою мысль в устной и письменной форме; - пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов; - вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме; - получать общее представление о прочитанном тексте; - определять и выделять основную информацию текста; - обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному</p>
--	--	--

		<p>тексту;</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять важность (ценность) информации; - излагать в форме реферата, аннотировать, а также переводить профессионально значимые тексты с иностранного языка на русский и с русского языка на иностранный язык; - описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах в области пропаганды и связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта. <p>Имеет навыки и/или опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - деловой коммуникации, владения формами профессиональной речи, профессиональной терминологией при проведении учебно-тренировочных занятий по базовым видам спорта и по избранному виду спорта; - публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта; - публичной речи на иностранном языке (монологическое высказывание по общебытовой и
--	--	---

		профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия); - руководства работой спортивного актива; - организации деятельности волонтеров в области физической культуры и спорта; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.
--	--	---

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Иностранный язык для профессиональных целей» является факультативной дисциплиной учебного плана образовательной программы. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 (3 семестр) и 3 (5 семестр) курсе при обучении на очной форме и на 4 (8 семестр) курсе – на заочной. Вид промежуточной аттестации: зачёт.

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<i>Контактная работа преподавателей с обучающимися</i>	54*			28		26			
<i>В том числе:</i>									
<i>Лекции</i>									
<i>Семинарские занятия</i>									
<i>Практические занятия</i>	54			28		26			
<i>Лабораторные работы</i>									
<i>Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)</i>	зач			зач		зач			
<i>Самостоятельная работа обучающегося</i>	54			26		28			
<i>В том числе:</i>									
<i>Перевод, реферирование, аннотирование профессионально-ориентированной литературы</i>	10			4		6			

Выполнение лексико-грамматических заданий при подготовке к практическим занятиям	10			5		5			
Письменные самостоятельные работы	6			3		3			
Работа со справочным материалом. Изучение основной и дополнительной профессионально-ориентированной литературы.	8			4		4			
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	10			6		4			
Подготовка к промежуточной аттестации	10			4		6			
Общая трудоемкость	часы	108		54		54			
	зачетные единицы	3		1,5		1,5			

*из 54 часов – 14 в активной и интерактивной формах

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Контактная работа преподавателей с обучающимися	12*								12		
<i>В том числе:</i>											
Лекции											
Семинарские занятия											
Практические занятия	12								12		
Лабораторные работы											
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)									зач		
Самостоятельная работа обучающегося	96								96		
<i>В том числе:</i>											
Перевод, реферирование, аннотирование профессионально-ориентированной литературы	26								26		
Выполнение лексико-грамматических заданий при подготовке к практическим занятиям	10								10		

Изучение основной и дополнительной профессионально-ориентированной литературы	10								10
Письменные самостоятельные работы	10								10
Работа со справочным материалом	20								20
Подготовка к текущей аттестации (контрольные работы, опросы и тестирования)	10								10
Подготовка к промежуточной аттестации	10								10
Общая трудоемкость	часы	108							108
	зачетные единицы	3							3

*из 12 часов – 6 в активной и интерактивной формах

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема № 1. Основы Олимпийского образования. Паралимпийское движение.						
	1.1. Принципы реализации Олимпийского образования в высшем спортивном образовании. Деятельность международного комитета Fair Play.			2		2	4
	1.2. Документы МОК. Олимпийская Хартия.			2		2	4
	1.3. Паралимпийское движение. Документы Международного			2		2	4

	Паралимпийского Комитета.						
	1.4. Паралимпийский спорт в России и за рубежом.			4		4	8
	1.5. Мой спортивный регион. Профессиональный спорт и спорт высших достижений в регионе. Школы олимпийского резерва.			4		4	8
	1.6. Тренерство и судейство. Особенности подготовки судей и тренеров в избранном виде спорта.			4		2	6
	Тема № 2. Вопросы адаптивной физической культуры						
2	2.1. Адаптивная физическая культура в России и за рубежом.			2		2	4
	2.2. Виды спортивных травм и их классификация. Новейшие методы диагностики и лечения спортивных травм.			2		4	6
	2.3. Физиотерапия и реабилитация. Типология реабилитационных программ и упражнений для различных видов спорта.			4		2	6
	2.4. Тренерская деятельность в адаптивной физической культуре.			2		2	4
	Тема № 3. Научная деятельность на иностранном языке						
3	3.1. Исследования в сфере физической культуры в странах изучаемого языка			4		6	10
	3.2. Исследовательская деятельность в спорте высших достижений по отраслям научного			6		4	10

	знания (биологические и педагогические науки)						
	3.3. Анализ и подготовка научно-исследовательских работ в избранном виде спорта на иностранном языке			4		6	10
4	Тема № 4. Устная и письменная коммуникация в профессиональном контексте						
	4.1. Особенности устной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики.			6		6	12
	4.2. Особенности письменной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Составление реферата и аннотации профессионально-ориентированных текстовых материалов.			6		6	12
ИТОГО (в часах)				54		54	108

Заочная форма обучения. Распределение учебного времени по темам (разделам) и видам учебных занятий

№ п/п	Тема или раздел	Лекции	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные работы	Самостоятельная работа обучающихся	Всего часов
1	Тема № 1. Основы Олимпийского образования.						

	Паралимпийское движение.					
	1.1. Принципы реализации Олимпийского образования в высшем спортивном образовании. Деятельность международного комитета Fair Play. 1.2. Документы МОК. Олимпийская Хартия.			1	8	9
	1.3. Паралимпийское движение. Документы Международного Паралимпийского Комитета. 1.4. Паралимпийский спорт в России и за рубежом.			1	8	9
	1.4. Паралимпийский спорт в России и за рубежом.			1	8	9
	1.5. Мой спортивный регион. Профессиональный спорт и спорт высших достижений в регионе. Школы олимпийского резерва. 1.6. Тренерство и судейство. Особенности подготовки судей и тренеров в избранном виде спорта.			1	8	9
2	Тема № 2. Вопросы адаптивной физической культуры					
	2.1. Адаптивная физическая культура в России и за рубежом.			1	8	9
	2.2. Виды спортивных травм и их классификация. Новейшие методы диагностики и лечения спортивных травм.			1	8	9

	2.3. Физиотерапия и реабилитация. Типология реабилитационных программ и упражнений для различных видов спорта.			1		8	9
3	Тема № 3. Научная деятельность на иностранном языке						
	3.1. Исследования в сфере физической культуры в странах изучаемого языка			1		8	9
	3.2. Исследовательская деятельность в спорте высших достижений по отраслям научного знания (биологические и педагогические науки)			1		8	9
	3.3. Анализ и подготовка научно-исследовательских работ в избранном виде спорта на иностранном языке			1		8	9
4	Тема № 4. Устная и письменная коммуникация в профессиональном контексте.						
	4.1. Особенности устной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Подготовка к выступлению на конференции на иностранном языке в рамках профессиональной тематики.			1		8	9

4.2. Особенности письменной коммуникации в профессиональном аспекте на иностранном языке. Составление реферата и аннотации профессионально-ориентированных текстовых материалов.			1		8	9
Итого в часах			12		96	108

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ БЛОКА 3 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ»

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ БЛОКА 3

7.1. АННОТАЦИЯ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

по профилю подготовки - спортивная подготовка в избранном виде спорта: лёгкая атлетика

Автор-разработчик: Никулина Жанна Валентиновна, к.п.н., доцент

Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы, и показатели оценивания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

Перечень вопросов, оценивающих знания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Современное состояние легкой атлетики: проблемы и перспективы развития. (УК-1)
2. Особенности правового положения спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта (УК-2, ОПК-12)
3. Учет социальных, этнических, конфессиональных и культурных различий населения в сфере физической культуры и спорта. Проблемы толерантности, индивидуальной идентичности и взаимодействия в коллективе в процессе профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта (УК-5)
4. Самореализация как показатель личностной зрелости педагога. Образовательная среда, как условие для развития и реализации потенциала личности. (УК-3)
5. Правила оказания первой доврачебной помощи при травматических повреждениях конечностей, головы, грудной и брюшной полости. Способы временной остановки кровотечений. Особенности транспортировки пострадавшего в зависимости от вида полученной травмы (ОПК-7).
6. Планирование тренировочного процесса и прогнозирование спортивных результатов в легкой атлетике (УК-6).
7. Анализ техники прыжков в высоту способом «фосбюри-флоп» (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
8. Анализ техники эстафетного бега (на примере бега 4x100 м). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
9. Анализ техники спортивной ходьбы (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
10. Анализ техники прыжка в высоту с шестом (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
11. Анализ техники тройного прыжка в длину (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
12. Анализ техники бега на короткие дистанции (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
13. Анализ техники метания мяча, гранаты, копья (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
14. Анализ техники бега на средние и длинные дистанции (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)

15. Анализ техники толкания ядра (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
16. Анализ техники бега с барьерами на 100 и 110 м (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
17. Анализ техники метания диска (части, фазы, элементы техники). (УК-1, ПК-1, ПК-5)
18. Действия тренера-преподавателя по защите здоровья и жизни занимающихся физическими упражнениями, на примере легкой атлетики, в случае опасных или чрезвычайных ситуаций (пожар, террористический акт и т. п.) (УК-8)
19. Воспитание нравственных и патриотических качеств, профилактика девиантного поведения в процессе занятий физической культурой и спортом (на примере легкой атлетики) (ОПК-5)
20. Особенности применения компьютерных программ: MicrosoftWord - для набора, форматирования и редактирования текстовых документов; MicrosoftExcel - для статистической обработки результатов научного исследования (УК-4).
21. Общие основы разработки учебных планов и программ конкретных занятий по физическому воспитанию и особенности планирования тренировочного процесса в легкой атлетике (ОПК-1)
22. Основные направления и проблематика научных исследований в сфере физической культуры и спорта (ОПК-11)
23. Урок – основная форма занятий по легкой атлетике. Части урока, общие и частные задачи урока. (ОПК-3, ОПК-10)
24. Значение общей физической подготовки и специальной физической подготовки в тренировке легкоатлетов. (УК-7)
25. Обязанности и права участников соревнований по легкой атлетике. Обязанности представителя команды до соревнований. Обязанности и права представителя команды во время соревнований. (ОПК-4)
26. Построение, содержание и планирование многолетнего тренировочного процесса легкоатлета (этапы и их задачи). (ОПК-1)
27. Построение и содержание малых и средних циклов тренировки легкоатлета. (ОПК-1)
28. Спортивная ориентация и отбор юных спортсменов для занятий легкой атлетикой (на примере избранного вида легкой атлетики) с учётом анатомо-морфологических, физиологических, психологических, социологических и биохимических критериев отбора. (ОПК-2)
29. Оздоровительная тренировка для различного контингента обучающихся. Спортивное долголетие. Особенности занятий с детьми, подростками, женщинами, пожилыми лицами (ОПК-4, ПК-2)
30. Основные виды травм у спортсменов в избранном Вами виде спорта (ушибы, раны, надрывы мышц и сухожилий, вывихи, переломы): понятие, признаки, объём первой (доврачебной) помощи, меры профилактики (ОПК-7)
31. Виды санкций за нарушение антидопинговых правил для спортсмена/персонала спортсмена (ОПК-8)
32. Структура, состав, комплектование судейских коллегий по легкой атлетике. Обязанности членов главной судейской комиссии: главный судья, заместители главного судьи, главный секретарь, заместитель главного секретаря. (ОПК-13, ПК-4)
33. Материально-техническое обеспечение физкультурно-спортивной и соревновательной деятельности (на примере легкой атлетики). Требования к оборудованию, инвентарю, экипировке. Оснащение мест занятий и соревнований. (ОПК-15)

34. Формы и виды контроля физического развития, технической и физической подготовленности легкоатлетов в учебно-тренировочном процессе. (ОПК-9, ОПК-14, ПК-3)
35. Мотивация спортивной деятельности. Формирование мотивации спортивной деятельности (ОПК-6)
36. Роль физической культуры в формировании личности (ОПК 5)

Перечень вопросов/заданий, оценивающих знания и умения компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Методика обучения технике бега с барьерами (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
2. Методика обучения технике прыжка в длину способом «согнув ноги» (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
3. Методика обучения технике метания мяча, гранаты, копья (задачи, средства, последовательность обучения технике видов, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
4. Методика обучения технике спортивной ходьбы (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
5. Методика обучения технике бега на короткие дистанции (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
6. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание» (или «фосбюри-флоп») (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
7. Методика обучения технике прыжка в высоту с шестом (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
8. Методика обучения технике тройного прыжка (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
9. Методика обучения технике метания диска (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
10. Методика обучения технике толкания ядра (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
11. Методика обучения технике бега на средние дистанции (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
12. Методика обучения технике эстафетного бега (задачи, средства, ошибки и способы их устранения). (УК-1, УК-2, ОПК-3, ПК-2)
13. Правила соревнований по прыжкам в длину и тройным (место проведения соревнований, состав и обязанности судейской бригады, количество попыток, определение победителей и призеров). (ОПК-4, ОПК-13, ПК-4)
14. Правила соревнований по бегу, в том числе эстафетному бегу (состав команд, зона передачи эстафетной палочки, определение победителей и призеров соревнований). (ОПК-4, ОПК-13, ПК-4)
15. Правила соревнований по прыжкам в высоту (место проведения соревнований, состав судейской бригады, количество попыток, определение победителей и призеров). (ОПК-4, ОПК-13, ПК-4)
16. Правила соревнований по бегу с барьерами (состав судейской бригады, её обязанности, высота барьеров у женщин и у мужчин). (ОПК-4, ОПК-13, ПК-4)
17. Правила соревнований по метаниям на примере одного вида (состав судейской бригады и её обязанности, количество попыток, определение победителей и призеров). (ОПК-4, ОПК-13, ПК-4)
18. Перечислите виды и признаки кровотечений, способы их временной остановки. Изложите правила наложения кровоостанавливающего жгута (ОПК-7)

19. Перечислите, какие разделы включает Запрещённый список субстанций и методов, ежегодно публикуемый Всемирным антидопинговым агентством (ОПК-8, ПК-3)

20. Перечислите антропометрические показатели, являющиеся наиболее важными критериями физического развития в избранном Вами виде спорта. Изложите основные правила их измерения и оценки (ОПК-9)

21. Критерии спортивного отбора перспективных спортсменов на разных этапах подготовки (педагогические, медико-биологические, психологические и социологические критерии отбора). (ОПК-2)

22. Понятие «индивидуальный стиль деятельности» и характеристика различных стилей деятельности тренера (УК-3, УК-4, ПК-2, ПК-5)

23. Педагогическое общение как составляющая профессиональной деятельности тренера в сфере его взаимодействий с юными спортсменами, их родителями, коллегами по работе, администрацией и другими лицами в процессе своей деятельности. Культура и этика педагогического общения. (ОПК-6, УК-5)

24. Перечислите, чем обусловлены сложности и особенности воспитательного процесса. Чем руководствуется спортивный педагог при выборе средств, и с какой целью он может их использовать в учебно-воспитательном процессе (на примере легкой атлетики)?(УК-6, ОПК-10)

25. Производственная физическая культура – специфическая часть физической культуры трудящихся. Факторы, определяющие выбор видов и содержания производственной физической культуры (УК-7).

26. Необходимая самооборона как условие предотвращения и пресечения преступлений. Условия правомерности применения приемов самозащиты (УК-8).

27. Специфика проведения занятий по легкой атлетике с учётом анатомо-морфологических, физиологических и биохимических особенностей лиц различного пола и возраста. Особенности развития двигательных качеств и формирования двигательных навыков. (ОПК-1)

28. Известны четыре типа направленности личности по отношению к спортивной деятельности: 1) тип спортивной направленности; 2) тип физкультурно-оздоровительной направленности; 3) тип полуспортивной направленности; 4) тип раздвоенной или противоречивой направленности.

Какому типу направленности личности соответствуют предлагаемые характеристики?

А. Представители этой категории отличаются отсутствием у них стремлений к спортивному росту и совершенствованию. Это прежде всего отражается на их целях, которые ограничиваются лишь намерением в ходе дальнейших тренировок укрепить свое здоровье и физическое развитие или даже хотя бы поддерживать их на ранее достигнутом уровне.

Б. Сущность этого варианта заключается в том, что спортсмены этой категории ставят перед собой спортивные по характеру цели, а мотивы их не спортивные, т.е. оздоровительные или направленные на физическое развитие. В этом варианте направленности отчетливо проявляется тенденция многих спортсменов к завышению притязаний.

В. К данной группе относятся все спортсмены, которые, независимо от возраста и уровня спортивного мастерства, в своих планах на будущее обязательно предполагают достижение каких-то спортивных результатов или повышение уже имеющихся. Для них характерно наличие стремления к спортивному росту и совершенствованию.

Г. В этой группе главной психологической особенностью спортсменов следует относительно умеренность спортивных притязаний... и в то же время наличие у них качества руководящих побуждений мотивов соперничества.

Д. Умеренность большинства спортсменов этой категории выражается в том, что они ставят перед собой такие доступные цели, как намерение попробовать свои силы в

спорте, попытаться стать настоящим спортсменом и при возможности получить какой-нибудь спортивный разряд (ОПК-5).

29. Особенности организации занятий по легкой атлетике вне стадиона на пересеченной местности. Особенности проведения бега по шоссе. (ОПК-7)

30. Методика определения объема выполняемой спортсменом физической нагрузки, количественно-качественные критерии нагрузки. Педагогические показатели оценки функционального состояния человека (ОПК-11, ОПК-14, ПК-3)

31. Определите этические функции общения в педагогическом коллективе и проиллюстрируйте данные принципы педагогическими ситуациями, в которых соблюдаются (или нарушаются) этические нормы общения (ОПК-12).

32. Инвентарь и оборудование для соревнований по легкой атлетике. Этапы подготовки инвентаря и оборудования для предстоящих соревнований. (ОПК-13, ОПК-15, ПК-1).

33. Развитие гибкости с учетом анатомо-морфологических, физиологических и биохимических особенностей лиц различного пола и возраста. Методы, средства, показатели и критерии уровня развития гибкости. Особенности проявления гибкости в легкой атлетике (на примере избранного вида легкой атлетики). (ОПК-3, ПК-2)

34. Развитие выносливости с учетом анатомо-морфологических, физиологических и биохимических особенностей лиц различного пола и возраста. Виды выносливости. Показатели и критерии уровня развития выносливости. Особенности проявления выносливости в легкой атлетике (на примере избранного вида легкой атлетики). (ОПК-3, ПК-2)

35. Развитие силовых способностей с учетом анатомо-морфологических, физиологических и биохимических особенностей лиц различного пола и возраста. Виды силовых способностей. Показатели и критерии уровня развития силы. Особенности проявления силовых способностей в легкой атлетике (на примере избранного вида легкой атлетики). (ОПК-3, ПК-2)

36. Развитие быстроты с учетом анатомо-морфологических, физиологических и биохимических особенностей лиц различного пола и возраста. Виды быстроты. Показатели и критерии уровня развития быстроты (на примере избранного вида легкой атлетики). Особенности проявления скоростных способностей в легкой атлетике (ОПК-3, ПК-2)

Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого), необходимых для оценки умений и опыта деятельности компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Опишите двигательное действие, как система движений в легкоатлетических метаниях. Основы техники метаний. (ПК-1, ПК-5)

2. Опишите двигательное, как система движений в легкоатлетических прыжках. Основы техники прыжков. (ПК-1, ПК-5)

3. Опишите двигательное, как система движений в беге. Основы техники бега. (ПК-1, ПК-5)

4. Опишите двигательное, как система движений в спортивной ходьбе. Основы техники ходьбы. (ПК-1, ПК-5)

5. Опишите причины возникновения, основные признаки, объем первой (доврачебной) помощи при возникновении закрытой черепно-мозговой травмы (ЧМТ) у спортсмена. Меры профилактики ЧМТ в спорте (ОПК-7)

6. Дайте определение допинга в соответствии с Всемирным антидопинговым кодексом. Объясните спортсмену, тренирующемуся в избранном Вами виде спорта, какие существуют десять нарушений антидопинговых правил (ОПК-8)

7. Объясните правила поведения и права спортсмена в процессе отбора его допинг-пробы на пункте допинг-контроля (ОПК-8, ПК-3)

8. Изложите правила измерения основных силовых показателей, характеризующих физическое развитие человека - силы мышц спины, силы мышц правой и левой костей. С помощью какого инструментария производится измерение каждого показателя? (ОПК-9, ОПК-11)

9. Продемонстрируйте навык применения средств и методов пропаганды физической культуры и спорта в СМИ (реклама, статья или другое) дайте характеристику и особенности своей разработки. (УК-4)

10. Составьте библиографическое описание статьи из журнала, предоставленного экзаменационной комиссией (УК-1)

11. Разработайте календарных план спортивно-массовых мероприятий для физкультурно-спортивной организации. (УК-2)

12. Раскройте квалификационные требования к спортивным судьям, с учетом вида спорта легкая атлетика (УК-2, ОПК-13, ПК-4)

13. Проведите инструктаж для обучающихся по правилам безопасности при проведении занятий по легкой атлетике на стадионе (УК-8)

14. Проиллюстрируйте графически кумулятивный эффект занятий физической культурой и укажите, от чего зависит степень кумуляции эффекта процесса физического воспитания (УК-7).

15. Предложите свою модель построения, содержания и планирования годичного цикла тренировки в прыжках в длину. (УК-2, ОПК-1, ПК-1)

16. Предложите свою модель построения, содержания и планирования годичного цикла тренировки в беге на 100 и 110 м с барьерами. (УК-2, ОПК-1, ПК-1)

17. Предложите свою модель построения, содержания и планирования годичного цикла тренировки в метании копья. (УК-2, ОПК-1, ПК-1)

18. Предложите свою модель построения, содержания и планирования годичного цикла тренировки в беге на средние дистанции. (УК-2, ОПК-1, ПК-1)

19. Предложите свою модель построения, содержания и планирования годичного цикла тренировки в прыжках в высоту. (УК-2, ОПК-1, ПК-1)

20. Предложите свою модель построения, содержания и планирования годичного цикла тренировки в беге на 100 и 200 м. (УК-2, ОПК-1, ПК-1)

21. Предложите свою модель построения, содержания и планирования годичного цикла тренировки в толкании ядра. (УК-2, ОПК-1, ПК-1)

22. Предложите свою модель построения, содержания и планирования годичного цикла тренировки в метании копья. (УК-2, ОПК-1, ПК-1)

23. Разработайте и обоснуйте на примере избранного вида спорта подход и систему критериев к отбору обучающихся в спортивные секции образовательных учреждений (ОПК-2).

24. На примере легкой атлетики, как базового вида спорта, сформулируйте одну общую образовательную задачу (на четверть, полугодие) по физической культуре и разработайте систему частных задач (ОПК-3).

25. Спланируйте проведение круговой тренировки, направленной на развитие выносливости для занимающихся в группе начальной подготовки (количество станций, перечень упражнений, порядок определения параметров нагрузки, общую организацию занятия) (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1).

26. Составьте схему «Пути формирования личности спортсмена», выделив деятельностные качества спортсмена (ОПК-5).

27. Опишите требования, предъявляемые к спортсменам, участвующим в командных соревнованиях по легкой атлетике (критерии отбора в команду, социальное взаимодействие в команде, мотивация, личный вклад каждого спортсмена в результативность команды) (УК-3, ОПК-2, ОПК-6, ПК-2)

28. Определите правила техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на стадионе на примере одного из видов легкоатлетических метаний. (УК-8, ОПК-7)

29. В таблице представлен перечень показателей, методов их исследования и соответствующего оборудования, применяемых в современной практике спорта. Определите, в каких видах лёгкой атлетики и почему целесообразно применение тех или иных методик (ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14)

Список методов исследования (примеры)

№	Направление исследования	Оборудование
1	Оценка латентного периода времени реакции (ЛПВР) на простые и сложные раздражители	Компьютерный комплекс для психофизического тестирования «НС-Психо Тест»-587
2	Определение максимального потребления кислорода (МПК) прямым методом	1. Велоэргометр Monark 874 E и Monark 894 E 2. Пульсометр PolarS 810. 3. Аппаратура для эргоспирометрических исследований с дозированной физической нагрузкой «Quark».
3	Исследование порога анаэробного обмена (ПАНО)	1. Велоэргометр Monark 874 E и Monark 894 E 2. Пульсометр PolarS 810. 3. Аппаратура для эргоспирометрических исследований с дозированной физической нагрузкой «Quark».
4	Оценка силовых способностей конечностей и эффективности концентрической и эксцентрической силовой тренировки. Метод магнитной стимуляции скелетных мышц, направленный на развитие силы	1. Комплекс для диагностики и лечения опорно-двигательного аппарата «Biodex». 2. Аппарат магнитной стимуляции нервов «MagstimRapid»
5	Оценка точности воспроизведения мышечных усилий	1. Динамометр кистевой ДК-100 2. Биомонитор ME6000 (MegaWin) (16 канальный и 8-ми канальный).
6	Тестирование способности к сохранению равновесия	Стабилоанализатор компьютерный с биологической обратной связью «Стабилан-01-2».
7	Регистрация ЭМГ скелетных мышц при формировании двигательного навыка	1. Беговые дорожки h/p/cosmosvenus, h/p/cosmossaturn. 2. Миоанализатор компьютерный «Нейро-МВП-Нейрософт»
8	Биологическая обратная связь (БОС) как метод ускорения обучения двигательному навыку	Миоанализатор компьютерный «Нейро-МВП-Нейрософт»
9	Этапное комплексное обследование (ЭКО)	1. Беговые дорожки h/p/cosmosvenus, h/p/cosmossaturn. 2. Компьютерный комплекс для психофизического тестирования «НС-Психо Тест» - 587 3. Аппаратура для эргоспирометрических исследований с дозированной физической нагрузкой «Quark».
10	Организация и проведение текущего контроля диагностики свойств нервной системы по	Компьютерный комплекс для психофизического тестирования «НС-Психо Тест» - 587

	психомоторным показателям	
--	---------------------------	--

30. Выберите из предложенного списка оборудования, экипировки и инвентаря необходимое для проведения урока по легкой атлетике на открытой площадке для детей 13-14 лет в необходимом количестве из расчета на учебно-тренировочную группу из 15 человек с учетом задачи тренировки: совершенствование техники толкания ядра. (ОПК-3, ОПК-15)

Список оборудования и инвентаря

№	Наименование	Кол-во на школьном складе
1	Мяч для метания	30
2	Граната для метания 500 г.	25
	700 г	25
3	Ядро 3 кг	15
	4 кг	15
	5 кг	15
4	Рулетка 5 м	2
	10 м	2
	15 м	1
	25 м	1
	50 м	1
5	Флаг белый	5
	Флаг красный	5
6	Указатель метража (комплект для 1 вида метаний, 10 шт)	2
7	Указатель отметки дальности метания	6
8	Маты гимнастические 1*2*0,15 м	10
9	Маты гимнастические 1*2*0,3 м	6
10	Стойка для высоты (комплект, 2 шт)	1
11	Планка для высоты	3
12	Секундомер	6
13	Мяч баскетбольный	10
14	Мяч футбольный	10
15	Мяч набивной, вес 1 кг	5
16	Гимнастическая скамья	6
17	Коврик гимнастический	30
18	Скакалка гимнастическая	30
19	Обруч гимнастический	30
20	Гимнастические палки	30

31. Существуют различные типы симпатии, которые учащиеся проявляют по отношению к педагогу: интеллектуальная и эмоциональная, осознанная и неосознанная, бескорыстная, утилитарная, спонтанная (импульсивная) и медленно созревающая (Л.И.Мнацаканян). С точки зрения профессиональной этики имеет ли моральное право педагог проявлять чувство симпатии к одним ученикам в ущерб другим? Может быть, это зависит от типа симпатии? Аргументируйте свой ответ.(УК -3)
32. Опишите количественно-качественные критерии нагрузки и методы ее оценки при выполнении физических упражнений. Приведите педагогические показатели оценки функционального состояния спортсмена в избранном виде лёгкой атлетики.(ОПК-14, ПК-3).

33. Приведены классификации стилей общения (по Н.А. Березовину, Я.Л. Коломинскому) и поведенческого рисунка педагога в аудитории (по М.М. Рыбакову). Проанализируйте данные варианты. Определите, для кого стиля общения педагога характерно то или иное его поведение по отношению к учащимся.

Стили общения по Н.А. Березовину, Я.Л. Коломинскому

Активно-положительный (эмоционально-положительная направленность к ученикам, реализуется в манере поведения, речевых высказываниях), ситуативный (эмоциональная нестабильность личности, чередования дружелюбия и враждебности), пассивно-положительный (общая положительная направленность в манере поведения и речевых высказываниях, но присуща некоторая замкнутость, сухость, категоричность, официальность), активно-отрицательный (явно выраженная эмоционально-негативная направленность, часто делает замечания, наказывает, резок, раздражителен), пассивно-отрицательный (не столь явно проявляет негативно отношение к воспитанникам, эмоционально вял, безучастен, равнодушен к успехам и неудачам воспитанников).

Поведенческие рисунки по М.М. Рыбакову

Диктат (строгая дисциплина, требования порядка и учебных успехов). Нейтралитет (невмешательство) – свободное общение с учениками на интеллектуально-познавательном уровне, увлеченность педагогом своим предметом, эрудированность. Опека (забота о воспитанниках, доходящая до навязчивости, боязнь дать ученикам любую самостоятельность, постоянный контакт с родителями). Конфронтация (скрытая неприязнь к воспитанникам, постоянное недовольство работой по предмету; в общении – пренебрежительно – деловой тон). Сотрудничество (соучастие во всех делах, интерес педагога к воспитанникам, оптимизм и взаимное доверие в общении (ОПК-10).

34. Приведите в качестве ориентира для построения спортивной подготовки в избранном виде спорта актуальный уровень стандартных и рекордных результатов, достигнутых профессиональными спортсменами в соревновательной деятельности. Составьте индивидуальный календарный план соревнований спортсмена. (УК-6, ПК-5).

35. Приведите модель организационной структуры управления физкультурно-спортивным движением в России (ОПК-12)

Дайте характеристику национальных видов спорта в России и базовых видов спорта, профилируемых в Псковской области. (УК-5)

7.2. АННОТАЦИЯ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

**по профилю подготовки - спортивная подготовка в избранном виде спорта:
гимнастика**

Автор-разработчик: Семенов Денис Викторович, кандидат педагогических наук, доцент

Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы, и показатели оценивания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

Перечень вопросов, оценивающих знания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. История и современное состояние видов гимнастики (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, спортивно-оздоровительные виды гимнастики): проблемы и перспективы развития (УК-1)
2. Особенности правового положения спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта (УК-2, ОПК-12)
3. Учет социальных, этнических, конфессиональных и культурных различий населения в сфере физической культуры и спорта. Проблемы толерантности, индивидуальной идентичности и взаимодействия в коллективе в процессе профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта (УК-3, УК-5)
4. Самореализация как показатель личностной зрелости педагога. Образовательная среда, как условие для развития и реализации потенциала личности (УК-6)
5. Специфика проведения занятий по гимнастике с учётом анатомо-морфологических, физиологических и биохимических особенностей лиц различного пола и возраста (ОПК-1)
6. Психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Предсоревновательные психические состояния (стартовое безразличие, боевая готовность, стартовая лихорадка, стартовая апатия) (ОПК-1, ОПК-5)
7. Правила оказания первой доврачебной помощи при травматических повреждениях конечностей, головы, грудной и брюшной полости. Способы временной остановки кровотечений. Особенности транспортировки пострадавшего в зависимости от вида полученной травмы (УК-8, ОПК-7)
8. Действия тренера-преподавателя по защите здоровья и жизни занимающихся гимнастикой в случае опасных или чрезвычайных ситуаций (пожар, террористический акт и т. п.) (УК-8)
9. Планирование и экономическое обеспечение деятельности спортивной организации. Финансово-хозяйственная деятельность спортивной организации. Учет и статистическая отчетность в сфере физической культуры и спорта (УК-2, ОПК-15)
10. Воспитание нравственных качеств и патриотизма, профилактика девиантного поведения в процессе занятий гимнастикой (ОПК-5)
11. Понятие «учебно-воспитательный процесс», основные компоненты и закономерности учебно-воспитательного процесса (в том числе на примере гимнастики) (УК-1, ОПК-5)
12. Общие основы разработки учебных планов, программ занятий по физическому воспитанию и особенности планирования тренировочного процесса в гимнастике (ОПК-1, ПК-1)

13. Общие основы проведения учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного и юношеского возраста (ОПК-3, ОПК-4)
14. Средства и методы профилактики травматизма и заболеваний при занятиях гимнастикой. Особенности организации и применения восстановительных мероприятий с учётом пола и возраста занимающихся (ОПК-7)
15. Статистические методы обработки результатов спортивных измерений (основные числовые характеристики выборки, статистические гипотезы, корреляционный анализ) (ОПК-9, ОПК-11)
16. Общая характеристика методов и средств технической подготовки в гимнастике (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14)
17. Общая характеристика методов и средств физической подготовки в гимнастике (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14)
18. Общая характеристика методов интегральной подготовки в гимнастике (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14)
19. Структура и содержание занятий по гимнастике. Особенности методики обучения и применения нагрузок на разных этапах подготовки (ОПК-3, ОПК-4, ПК-1)
20. Этапы спортивной подготовки в гимнастике: цель, задачи, особенности методики, соотношение видов подготовки. Возрастные границы этапов подготовки в процессе многолетней тренировки (ОПК-3, ОПК-4, ПК-1)
21. Структура годового цикла подготовки в гимнастике: цель, задачи, содержание подготовительного, соревновательного и восстановительного периодов (ОПК -1, ПК-4)
22. Контроль и оценка физической и технической подготовленности в гимнастике (ОПК-9).
23. Организация и проведение соревнований по гимнастике: значение, виды, общая характеристика, документы. (ОПК-4, ОПК – 13, ОПК-15, ПК-4).
24. Организация, содержание и методика проведения массовой физкультурно-оздоровительной работы по гимнастике (УК-7, ОПК-3, ОПК – 6; ОПК-10, ОПК-14, ПК-2, ПК-5)
25. Методика организации и проведения научных исследований по определению эффективности учебно-тренировочного процесса в гимнастике (ОПК-11)
26. Методика проведения занятий по гимнастике с лицами разного возраста и пола. Возрастные особенности освоения техники гимнастических упражнений на разных этапах подготовки (ПК-2)
27. Спортивная ориентация и отбор в гимнастике. Педагогические, медико-биологические, психологические и интегральные критерии спортивного отбора в гимнастике (ОПК-2, ПК-3).
28. Характеристика макроциклов подготовки в гимнастике. Основные показатели перспективного планирования (ОПК-1, ПК-1)
29. Характеристика мезо- и микроциклов подготовки в гимнастике. Основные показатели оперативного и текущего планирования (ОПК-1, ПК-1)
30. Общая характеристика педагогического контроля. Контроль различных видов подготовки в гимнастике (ОПК – 9)
31. Общее представление о технике движений. Двигательное умение, навык, навык высшего порядка в гимнастике. Показатели технического мастерства в гимнастике (ПК – 5, ОПК-14)
32. Содержание модельных характеристик по основным компонентам соревновательной деятельности спортсменов различной квалификации. Самоконтроль на занятиях гимнастикой (ПК – 4, ПК-5)
33. Специфика спортивного отбора на разных этапах многолетней подготовки спортсменов (ОПК-2, ОПК-9, ПК – 1).

34. Общая характеристика спортивных площадок и сооружений для занятий гимнастикой. Классификация площадок и комплексов. Безопасность эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря для занятий гимнастикой (ОПК – 15)
35. Приемы общения при работе с коллективом занимающихся гимнастикой с учетом индивидуальных и групповых особенностей (УК-3, ОПК-10)
36. Основные виды травм у спортсменов в гимнастике (ушибы, раны, надрывы мышц и сухожилий, вывихи, переломы): понятие, признаки, объем первой (доврачебной) помощи, меры профилактики (ОПК-7)
37. Виды санкций за нарушение антидопинговых правил для спортсмена/персонала спортсмена (ОПК-8)
38. Понятие о физическом развитии. Основные методы исследования физического развития человека – соматоскопия и антропометрия (ОПК-9)
39. Особенности деловой коммуникации в сфере физической культуры и спорта. Примеры специфических для данной сферы деятельности терминов на русском и иностранном языках (УК-4)
40. Возможности основной гимнастики для поддержания на должном уровне физической подготовленности и обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7)

Перечень вопросов, оценивающих знания и умения компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Представьте общую классификацию видов гимнастики и дайте их общую характеристику (УК-1).
2. Охарактеризуйте особенности применения педагогических методов научного исследования (педагогическое наблюдение, опрос, тестирование) по проблемам теории и методики гимнастики (ОПК-11).
3. Определите объекты и предметы педагогических наблюдений, укажите их соотношение и раскройте требования к сбору информации при помощи наблюдений (ОПК-11).
4. Определите в соответствии с логикой исследования последовательность шагов (операций) при построении научного исследования и сделайте соответствующее обоснование (ОПК-11).
5. Приведите пример того, как выявляется проблемная ситуация и на основании каких данных формулируется гипотеза исследования (ОПК-11).
6. Перечислите основные сенситивные периоды в развитии физических качеств (сила, гибкость, быстрота, выносливость, ловкость) имеющие важное значение в подготовке гимнастов (ОПК-1, ПК-2).
7. Обоснуйте, чем обусловлены различия в технике выполнения упражнения у спортсменов различного пола и возраста с учетом индивидуальных особенностей. Приведите пример из избранного вида спорта (ОПК-1, ПК-2).
8. Перечислите и по возможности систематизируйте показатели, которые чаще всего учитываются на практике при установлении параметров объема и интенсивности физических нагрузок (ОПК-1, ОПК-9, ОПК-14, ПК-2).
9. Проиллюстрируйте графически кумулятивный эффект занятий и укажите от чего зависит степень кумуляции эффекта процесса физического воспитания (ПК-1).
10. Разъясните соотношение этапов обучения двигательному действию и стадий формирования его в качестве умения и навыка (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-4, ПК-5).
11. Систематизируйте факторы, обуславливающие разнообразие форм физического воспитания и укажите различия, присущие урочным и внеурочным формам физического воспитания (ОПК-1, ОПК-10, ОПК-14, ПК-1).

12. Обоснуйте взаимосвязь планирования и педагогического контроля. Проиллюстрируйте ее на примере избранного вида спорта (УК-1, ОПК-9, ОПК-14, ПК-1).
13. Определите примерную величину физических нагрузок при планировании отдельного занятия (урока), направленного на развитие выносливости у юношей старшего школьного возраста в соответствии с нормативными требованиями комплекса ГТО (ОПК-9, ОПК-14, ПК-1).
14. Определите цель, задачи, осуществите подбор средств и установите параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей на большой оздоровительной перемене (ОПК-3, ОПК-10, ПК-1).
15. Определите с ориентацией на требования Федерального стандарта спортивной подготовки на примере избранного вида спорта основные целевые установки, задачи, средства и методы, характерные для тренировочного этапа детей младшего школьного возраста. Укажите при этом, какие другие показатели подготовленности занимающихся необходимо учитывать (УК-2, ОПК-1, ОПК-12).
16. Определите на основе содержания Федерального стандарта спортивной подготовки в избранном виде спорта требования к отбору детей в тренировочные группы, а также укажите показатели, на которые будете ориентироваться при осуществлении спортивной ориентации (УК-2, ОПК-2, ОПК-9, ОПК-12).
17. Подберите на примере избранного вида спорта контрольные упражнения, которые могут быть использованы при наборе (отборе) детей в группы начальной подготовки (ОПК-2, ОПК-9, ОПК-12).
18. На примере конкретного упражнения из базового вида спорта школьной программы по предмету «Физическая культура» определите показатели, на основе которых может быть объективно оценена техника его выполнения на первом этапе обучения двигательному действию (ОПК-9, ПК-1).
19. Опишите процедуру оценки результатов учебной деятельности по физической культуре и реализации норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» на основе объективных методов контроля (УК-7, ОПК-9).
20. Дайте характеристику внеклассной физкультурно-спортивной работы и спланируйте мероприятия активного отдыха в режиме учебного и вне учебного времени (УК-7, ОПК-3).
21. Составьте комплекс физкультурной паузы для работников умственного труда, установите параметры нагрузки (УК-7, ОПК-3).
22. Определите цель, задачи и подходы к установлению параметров нагрузок при планировании активного отдыха людей пожилого и старшего возраста (УК-7, ОПК-3).
23. Охарактеризуйте стили педагогического общения и дайте им педагогическую оценку (УК-3, ОПК-10)
24. Особенности педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Социальный статус и престиж работы преподавателя физической культуры и спорта, тренера в современных условиях (УК-3, ОПК-12).
25. Профессионально-педагогическая компетентность специалиста по физической культуре и спорту. Педагогические умения и способности (ОПК-12).
26. Направления и формы самообразования и самовоспитания. Работа над педагогической техникой и имиджем преподавателя по физической культуре (УК-6).
27. Перечислите основные компоненты профессионально-педагогической культуры преподавателя и дайте им краткую характеристику (УК-5, ОПК-5, ОПК-6).
28. Перечислите виды и признаки кровотечений, способы их временной остановки. Изложите правила наложения кровоостанавливающего жгута (ОПК-7)

29. Перечислите, какие разделы включает Запрещённый список субстанций и методов, ежегодно публикуемый Всемирным антидопинговым агентством (ОПК-8, ПК-3)
30. Перечислите антропометрические показатели, являющиеся наиболее важными критериями физического развития в гимнастике. Изложите основные правила их измерения и оценки (ОПК-9, ПК-3)
31. Способы образования терминов в спортивной гимнастике. Приведите примеры терминов заимствованных из иностранных языков, включая названия элементов спортивной гимнастики, хореографических упражнений и средств фитнеса (УК-4)
32. Основные правила пожарной безопасности для физкультурно-спортивного учреждения, имеющего гимнастический зал (УК-8, ОПК-7)
33. Порядок действий в чрезвычайных ситуациях при проведении спортивно-массовых мероприятий (УК-8, ОПК-7)
34. Положение о соревнованиях. Основные разделы. Права и обязанности спортсменов, тренеров и судей по спортивной гимнастике (ОПК-4, ОПК-13, ПК-4)
35. Правила оказания помощи гимнастам при выполнении упражнений. Понятия «помощь» и «страховка». Первая доврачебная помощь гимнасту при получении травмы в гимнастическом зале (ОПК-7, ОПК-10)
36. Охарактеризуйте технологию выведения оценки за выступление гимнаста. Оценка бригады D и E (ОПК-13, ПК-4)
37. Представьте примерный минимальный перечень гимнастического оборудования и инвентаря, необходимый для организации процесса начальной подготовки в спортивной гимнастике (ОПК-15)
38. Основные требования к гимнастическим снарядам при проведении соревнований по спортивной гимнастике (ОПК-15, ПК-4)
39. Приведите примеры не менее 3 контрольных нормативов для оценки уровня подготовленности гимнастов на различных этапах подготовки и укажите их оптимальные параметры (ОПК-2, ОПК-9, ПК-1, ПК-5)
40. Дайте характеристику технологической схемы по обучению гимнастическим упражнениям (УК-1, УК-2, ОПК-9, ОПК-10, ПК-2, ПК-5)

Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого), необходимых для оценки умений и опыта деятельности компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Целью научно-исследовательской работы является разработка методики повышения физической подготовленности у юных гимнастов на этапе начальной подготовки. Задание: а) обоснуйте актуальность данной проблемы; б) подберите тесты для оценки физических качеств в процессе педагогического эксперимента (УК-1, УК-2, ОПК-9, ОПК-11).
2. Целью выпускной квалификационной работы является использование средств оздоровительного фитнеса для повышения уровня физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста. Задание: а) обоснуйте актуальность данной проблемы; б) сформулируйте гипотезу исследования (УК-1, УК-2, ОПК-11).
3. Составьте расписание прохождения видов многоборья при проведении соревнований по спортивной гимнастике на заданное количество команд. (ОПК-13; ПК – 4)
4. Разработайте Положение о соревнованиях по гимнастике. Отобразите основные разделы и раскройте их содержание. (ОПК-13, ПК – 4)
5. Разработайте технологическую схему по обучению технике переворота назад «фляк». Подберите упражнения для формирования готовности, представьте последовательность обучения и охарактеризуйте основные ошибки и пути их устранения. (ОПК – 3, ОПК – 4, ПК – 2, ПК – 5)

Отбор на след. этап подготовки					
Контроль ТП					
Контроль ФП					
Мед. контроль					
Главные задачи года					

21. Разработайте проект сметы для проведения соревнований по гимнастике и рекламно-агитационное письмо. (УК-4; ОПК – 13)
22. Нарисовать схему расположения гимнастических снарядов в спортивном зале (стандартный комплект для проведения соревнований и тренировочных занятий, размер зала 30 x 25 м.) (ОПК – 15)
23. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития быстроты движений, укажите дозировку и интервалы отдыха. (ОПК-3, ПК – 2, ПК - 5)
24. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития силы мышц рук, укажите дозировку и интервалы отдыха (ОПК-3, ПК – 2, ПК - 5)
25. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития специальной выносливости, укажите дозировку и интервалы отдыха. (ОПК-3, ПК – 2, ПК - 5)
26. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития гибкости плечевого сустава, укажите дозировку и интервалы отдыха. (ОПК-3, ПК – 2, ПК - 5)
27. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития специальной ловкости, укажите дозировку и интервалы отдыха. (ОПК-3, ПК – 2, ПК - 5)
28. Опишите причины возникновения, основные признаки, объём первой (доврачебной) помощи при возникновении закрытой черепно-мозговой травмы (ЧМТ) у спортсмена. Меры профилактики ЧМТ в спорте (ОПК-7)
29. Дайте определение допинга в соответствии с Всемирным антидопинговым кодексом. Объясните спортсмену, тренирующемуся в избранном виде спорта, какие существуют десять нарушений антидопинговых правил (ОПК-8)
30. Объясните правила поведения и права спортсмена в процессе отбора его допинг-пробы на пункте допинг-контроля (ОПК-8)
31. Изложите правила измерения основных силовых показателей, характеризующих физическое развитие человека - силы мышц спины, силы мышц правой и левой костей. С помощью какого инструментария производится измерение каждого показателя? (ОПК-9)
32. Проанализируйте ситуацию и оцените её с позиции тренера, ребёнка, группы. Началось учебно – тренировочное занятие. Все построились, входит опоздавший ученик и останавливается у двери. Когда тренер определил задания на предстоящую тренировку, учащийся хотел встать в строй. Заметив это, тренер строго сказал, обращаясь к учащемуся: «Выйди из зала, ты опоздал». «А что, я тапки искал, кто-то из ребят спрятал». Ребята хихикнули. «Выйди, я сказал. Я не начну тренировку, пока ты не выйдешь». Ребенок продолжает пререкаться: «А я заниматься хочу». Группа ждет, что скажет тренер.
Как, по вашему мнению, можно выйти из ситуации? Как поступать с опоздавшими учащимися? (УК-3, ОПК-3, ОПК-5, ОПК-10, ОПК-12, ПК-2)
33. На Олимпийских играх 2004 года в Афинах в финальных соревнованиях на перекладине российский гимнаст Алексей Немов при выполнении своей сложнейшей комбинации допустил лишь одну незначительную ошибку в соскоке, за что получил оценку, выводящую его на 3 место, при том что его комбинация была самой эффективной, но по сложности не превышала комбинации двух его конкурентов. Зрительский зал запротестовал и своим шумом не давал возможности начать выступление заключительному участнику – основному конкуренту нашего гимнаста. Сам Алексей не демонстрировал своего несогласия с судьями, хотя и был

недоволен результатом выступления. Все посчитали, что А.Немова засудили. В итоге, чтобы успокоить зрителей организаторы соревнований попросили обратиться к ним Алексея Немова. Наш Олимпиец не стал возражать и показывать свое недовольство, а напротив, повернувшись к трибунам, жестами попросил зрителей успокоиться, на что зал постепенно утих и дал возможность выступить заключительному спортсмену, который в итоге стал победителем. Проанализируйте данную ситуацию и расскажите какие личностные качества формирует спорт высших достижений у спортсменов, назовите факторы, оказывающие влияние на развитие личности в спорте. Какое влияние оказывает на развитие личности специфика вида спорта. (УК-5, ОПК-5, ОПК-12)

34. Проанализируйте ситуацию:

На квалификационных соревнованиях спортсмену не присуждают разряд, который он, по его мнению, выполнил, а из-за неправильного судейства был лишен. Спортсмен настаивал на апелляции и просил тренера разобраться в сложившейся ситуации. Тренер же в свою очередь ошибок судейства не усматривал.

Ответьте на вопросы:

- А) Интересы каких субъектов затрагивает данная ситуация?
- Б) Какие качества личности спортсмена и тренера могли оказать влияние на возникновение конфликтной ситуации?
- В) Какие цели преследуют в данной ситуации конфликтанты?
- Г) Какое противоречие объективно лежит в основе конфликта?
- Д) Какие варианты разрешения данного противоречия существуют?
- Е) Оцените последствия каждой возможной в данном случае стратегии разрешения конфликтной ситуации (избегания, компромисса, сотрудничества, соперничества, приспособления).
- Ж) Какому из вариантов вы отдаете теперь предпочтение? Почему?

(УК-6, ОПК-6, ОПК-10)

35. Продемонстрируйте навыки организации мероприятий по обеспечению безопасности трудовой деятельности. Представьте последовательность действий по расследованию несчастного случая, связанного с травмой на рабочем месте учителя (УК-8, ОПК-7, ОПК-12)

36. Продемонстрируйте навыки организации мероприятий по обеспечению пожарной безопасности: представьте варианты тушения горящей одежды на человеке и охарактеризуйте их (УК-8, ОПК-7)

37. Разработайте комплекс упражнений для спортивного отбора гимнастов в состав сборной команды по спортивной гимнастикой. Укажите рекомендуемые параметры уровня подготовленности (УК-2, ОПК-2, ОПК-9, ПК-4)

38. Определите, какими психологическими особенностями личности спортсмена можно объяснить закономерность, описанную ниже.

«Оказывается, что чем моложе спортсмены и чем ниже их спортивные разряды, тем большее количество у них мотивов, которые побуждают их заниматься спортом. Например, у спортсменов-новичков каждый в среднем руководствуется почти шестью мотивами, в то время как для кандидатов в мастера спорта в среднем достаточно четырех мотивов, в группе ветеранов спорта среднее количество мотивов на одного человека еще снижается...

Было замечено, что наиболее яркие представители этой категории спортсменов, как правило, руководствуются только одним или двумя мотивами» (УК-6, ОПК-6, ОПК-10)

39. Для какого типа темперамента подходит нижеприведенное описание? «Спортсмен отдает предпочтение упражнениям, связанным с большой подвижностью, активностью и требующих смелости. Он легко переходит от выполнения одного вида упражнений к другому, но недостаточно усидчив и сосредоточен, особенно в

однообразной тренировочной деятельности. При изучении новых упражнений быстро схватывает основу изучаемого движения, может легко выполнить его с первой попытки, но с ошибками. Не любит кропотливой, длительной работы по совершенствованию техники выполнения упражнения. Спортсмены этого типа достаточно работоспособны, уверены в себе, общительны. Их спортивные результаты стабильны и, как правило, на соревнованиях выше, чем на тренировках. Перед стартом такие спортсмены чаще всего находятся в состоянии «боевой готовности»» (УК-6, ОПК-6, ОПК-10)

40. Составьте перечень тренажёров, вспомогательных снарядов, технических средств для облегчения условий обучения и выполнения сложных гимнастических упражнений (ОПК-4, ОПК-15, ПК-2, ПК-5)

7.3. АННОТАЦИЯ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

по профилю подготовки - спортивная подготовка в избранном виде спорта: единоборства

Автор-разработчик: Романов Виталий Валерьевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, теории и методики единоборств

Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы, и показатели оценивания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

Перечень вопросов, оценивающих знания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

Современное состояние избранного вида единоборств: проблемы и перспективы развития. (УК-1)

2. Основные направления и проблематика современных научных исследований в сфере физической культуры и спорта и спортивных единоборств. (УК-2)

3. Особенности правового положения спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта. (УК-2)

4. Приемы общения при работе с группой занимающихся избранным видом единоборств с учетом состава коллектива и индивидуальных особенностей. (УК-3)

5. Использование средств массовой информации для формирования общественного мнения о виде спорта, пропаганды занятий избранным видом единоборств, для освещения хода соревнований. (УК-4)

6. Учет социальных, этнических, конфессиональных и культурных различий населения в сфере физической культуры и спорта. (УК-5)

7. Самореализация как показатель личностной зрелости тренера. Образовательная среда, как условие для развития и реализации потенциала личности. (УК-6)

8. Задачи и содержание общей и специальной физической подготовки в избранном виде единоборств. (УК-7)

9. Действия тренера-преподавателя по защите здоровья и жизни, занимающихся избранным видом единоборств, в случае опасных или чрезвычайных ситуаций (пожар, террористический акт и т. п.). (УК-8)

10. Специфика планирования и проведения занятий избранным видом единоборств с учётом положений теории физической культуры, анатомо-морфологических, физиологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста. (ОПК-1)

11. Спортивная ориентация и отбор единоборцев по показателям спортивной подготовленности, как часть общей системы многолетней подготовки спортсменов. (ОПК-2)

12. Методики проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры. (ОПК-3)

13. Особенности проведения тренировочных занятия различной направленности и организация участия спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта. (ОПК-4)

14. Способы воспитания нравственных и патриотических качеств, профилактика девиантного поведения в процессе занятий избранным видом единоборств. (ОПК-5)

15. Использование возможностей избранного вида единоборств для формирования у различных групп населения осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, для пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни. (ОПК-6)

16. Санитарно-гигиеническое обеспечение физкультурно-спортивной деятельности (на примере избранного вида единоборств). Особенности соблюдения техники безопасности, профилактика травматизма, оказание первой доврачебной помощи в избранном виде единоборств. (ОПК-7)

17. Антидопинговый контроль в избранном виде единоборств. Профилактика применения допинга. (ОПК-8)

18. Особенности контроля на основе использования методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся в избранном виде единоборств. (ОПК-9)

19. Особенности организации и проведения массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий в избранном виде единоборств. (ОПК-10)

20. Цели, задачи и методы проведения научных исследований в избранном виде единоборств и возможности использования их результатов в практической деятельности. (ОПК-11)

21. Законодательные и нормативные правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта и нормы профессиональной этики. (ОПК-12)

22. Система спортивных соревнований в избранном виде единоборств, способы проведения, особенности их судейства и мероприятия по обеспечению безопасности. (ОПК-13)

23. Методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса в избранном виде единоборств с учетом основных положений теории физической культуры. (ОПК-14)

24. Требования к оснащению спортивного зала оборудованием, экипировкой, инвентарем для занятий избранным видом единоборств. (ОПК-15)

25. Общие основы разработки учебных планов и программ конкретных занятий по физическому воспитанию и особенности планирования тренировочного процесса в избранном виде единоборств. (ПК-1)

26. Особенности построения тренировочного процесса на основе индивидуального подхода в процессе спортивной подготовки в избранном виде единоборств. (ПК-2)

27. Организация участия занимающихся в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки в избранном виде единоборств. (ПК-3)

28. Особенности соревновательной деятельности на разных этапах спортивной подготовки в избранном виде единоборств. (ПК-4)

29. Особенности совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий на разных этапах спортивной подготовки в избранном виде единоборств. (ПК-5)

30. Техническая и тактическая подготовка в избранном виде единоборств на разных этапах многолетней подготовки. (ПК-5)

Перечень заданий, оценивающих знания и умения компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Раскройте содержание программно-методического обеспечения спортивной подготовки в избранном виде спорта. (УК-1)

2. Раскройте основные этапы подготовки в избранном виде единоборств: цель, задачи, возрастные границы, преимущественная направленность тренировки, средства, методы, методические особенности. (УК-2)

3. Сформулируйте теоретико-методические аспекты системы комплексного контроля и управления подготовкой спортсменов в избранном виде единоборств. (УК-3)
4. Оформите и отредактируйте по заданным требованиям, предоставленным экзаменационной комиссией, текстовые документы на основе текстовых редакторов Microsoft Word, Microsoft Excel; Power Point. (УК-4)
5. Перечислите основные проблемы толерантности, индивидуальной идентичности и взаимодействия в коллективе в процессе тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде единоборств. (УК-5)
6. Раскройте значение научно-исследовательской деятельности в спорте. Основная проблематика научных исследований в избранном виде единоборств. Основные инновационные направления в сфере спортивной подготовки в избранном виде единоборств. (УК-6)
7. Перечислите основные средства и методы физической подготовки в избранном виде единоборств. (УК-7)
8. Раскройте правила безопасности участников, персонала, зрителей при проведении соревнований по борьбе (боксу) и других спортивно-массовых мероприятий. (УК-8)
9. Составьте примерный план учебно-тренировочного занятия в избранном виде единоборств с учетом возрастных, гендерных особенностей занимающихся, мест проведения и задач занятия, которые определите самостоятельно. Перечислите необходимое оборудование и инвентарь. (ОПК-1, ОПК-15)
10. Составьте перечень критериев спортивного отбора в избранном виде единоборств по группам: педагогические (не менее 5-ти), медико-биологические (не менее 5-ти), психологические (не менее 3-х), интегральные (не менее 3-х). (ОПК-2)
11. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития специальной выносливости для учебно-тренировочных групп 2-ого года обучения тренировочного этапа подготовки в избранном виде единоборств, укажите количество повторений и интервалы отдыха, требования к технике безопасности. (ОПК-3)
12. Составьте перечень заданий для соревновательных поединков в группах тренировочного этапа 3-4 года обучения в избранном виде единоборств и в группах спортивного совершенствования. (ОПК-4)
13. Раскройте психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности: психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе и в процессе соревновательной деятельности в избранном виде единоборств. (ОПК-5)
14. Раскройте особенности формирования мотивации к занятиям избранным видом единоборств, воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции на разных этапах подготовки, проблемы ухода юных спортсменов из спорта. (ОПК-6)
15. Раскройте алгоритм оказания первой помощи пострадавшим при травмах в результате спортивно-тренировочной деятельности или других опасных ситуаций (ушиб, вывих или растяжение). (ОПК-7)
16. Сформулируйте основные принципы применения недопинговых средств повышения работоспособности в избранном виде спортивных единоборств. Препараты, повышающие разные виды работоспособности. (ОПК-8)
17. Составьте оценочные нормативы по определению физических способностей, технической подготовленности, психического состояния спортсменов третьего-второго разрядов в избранном виде единоборств. (ОПК-9)
18. Назовите цели, задачи и особенности проведения учебно-тренировочных сборов, семинаров судей и тренеров. (ОПК-10)
19. Перечислите показатели самоконтроля спортсменов и объясните целесообразность их учёта при планировании нагрузок. (ОПК-11)
20. Составьте перечень программно-нормативных документов, регламентирующих деятельность в сфере физической культуры и спорта. (ОПК-12)

21. Составьте регламент первенства и чемпионата области в избранном виде единоборств среди юношей и девушек, мужчин и женщин. (ОПК-13)
22. Составьте перечень периодических изданий в области физической культуры и спорта, позволяющих обеспечивать методическое сопровождение тренировочного и образовательного процессов в избранном виде единоборств. Охарактеризуйте содержательный компонент на выбор одного из изданий. (ОПК-14)
23. Составьте набор оборудования и инвентаря для проведения соревнований по избранному виду единоборств. (ОПК-15)
24. Составьте примерный план учебно-тренировочных занятий на неделю (месяц) с учетом уровня подготовленности, стажа спортивной деятельности, возрастных, гендерных особенностей занимающихся, задач этапа подготовки, вида единоборств, определённых Вами самостоятельно. (ПК-1)
25. Опишите модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в избранном виде единоборств. (ПК-2)
26. Составьте примерную программу спортивно-массового мероприятия для детей и подростков, направленного на пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни на основе средств избранного вида единоборств. (ПК-3)
27. Предложите схему взаимодействия тренера и спортсмена по составлению тактического замысла на финальный поединок с соперником в избранном виде единоборств, который имеет более высокую квалификацию. (ПК-4)
28. Провести анализ и представить методику обучения броску «задняя подножка» (для борцов); прямым ударам в корпус (для боксеров). (ПК-5)
29. Провести анализ и представить методику обучения удержанию сбоку (для борцов); боковым ударам в голову (для боксеров). (ПК-5)
30. Провести анализ и представить методику обучения болевым приемам на руки (для борцов); защите от боковых ударов в голову и корпус (для боксеров). (ПК-5)

**Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого),
необходимых для оценки умений и опыта деятельности компетенций на
государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)**

1. Продемонстрируйте навыки аналитического мышления: определите основные причины возникновения ошибок при обучении борьбе (боксу) и особенности их коррекции в зависимости от состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей. (УК-1)
2. Продемонстрируйте навыки работы с методическим материалом: назовите принципы, этапы и последовательность обучения техническим действиям в избранном виде единоборств. (УК-2)
3. Охарактеризуйте способы регулирования эмоционального состояния единоборцев в процессе тренировочной и соревновательной деятельности. (УК-3)
4. Продемонстрируйте навык составления необходимой для проведения соревнований по борьбе (боксу) документации: положение о соревновании, смета, протоколы соревнований, отчета. (УК-4)
5. Охарактеризуйте историю развития национальных видов единоборств (на примере избранного вида единоборств), наиболее распространенных в мире и Российской Федерации. (УК-5)
6. Раскройте значение, функции и возможность применения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для профессионального саморазвития в течение жизни (на примере испытания (теста) «самозащита без оружия») (УК-6, УК-7, УК-8)
7. Продемонстрируйте навык составления комплекса упражнений (не менее 5) для развития скоростно-силовых способностей для групп спортивного совершенствования в

избранном виде единоборств, указать дозировку и интервалы отдыха. Определить требования к технике безопасности. (УК-7)

8. Составьте примерный план эвакуации занимающихся из спортивного зала № 303 здания учебно-спортивного комплекса ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» в случае пожара. (УК-8)

9. Продемонстрируйте навык составления плана ударного микроцикла для группы спортивного совершенствования в избранном виде единоборств. (ОПК-1)

10. Определите не менее пяти критериев спортивного отбора по общей и специальной физической подготовленности, применяемых на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде единоборств. (ОПК-2)

11. Охарактеризуйте общие основы проведения тренировочных занятий в избранном виде единоборств с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста. (ОПК-3)

12. Изобразите графически структуру годичного цикла подготовки и соотношение объёмов общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технической, тактической, соревновательной подготовок в течение годичного цикла по периодам и этапам в избранном виде единоборств. (ОПК-4)

13. Охарактеризуйте особенности формирования морально-волевых качеств у спортсменов для профилактики негативного социального поведения в процессе занятий избранным видом единоборств. (ОПК-5)

14. Охарактеризуйте способы формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности. Составьте план воспитательных мероприятий в спортивной группе, включающий 4-5 пунктов. (ОПК-6)

15. Продемонстрируйте навык составления плана инструктажа по технике безопасности на занятиях избранным видом единоборств и охарактеризуйте способы контроля выполнения этих правил. (ОПК-7)

16. Охарактеризуйте особенности проведения процедуры антидопингового контроля: уведомление спортсмена, сбор проб для анализа, лабораторный анализ, действия после получения результатов анализа из лаборатории. (ОПК-8)

17. Составьте перечень актуальных показателей для проведения этапного комплексного обследования квалифицированных спортсменов в избранном виде единоборств. (ОПК-9)

18. Охарактеризуйте педагогические, психологические и медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности, актуальные для избранного вида единоборств. Определите особенности взаимодействия спортсменов, тренеров, психологов и врачей при использовании средств восстановления в системе спортивной подготовки. (ОПК-10)

19. Сформулируйте тему и цель исследования по оценке эффективности процесса физической подготовки в избранном виде единоборств. Подберите тесты и контрольные упражнения для экспериментального обоснования эффективности проделанной работы. Обоснуйте выбор методов математической статистики. (ОПК-11)

20. Охарактеризуйте основные пункты кодекса профессиональной этики педагога, его роль и особенности в регламентации деятельности тренера по избранному виду единоборств. (ОПК-12)

21. Продемонстрируйте навык составления перечня функций, выполняемых судьями при подготовке и проведении соревнований по избранному виду единоборств. Продемонстрируйте жесты арбитра при оценке действий в избранном виде единоборств. (ОПК-13)

22. Определите технологию обучения техническим приёмам в избранном виде единоборств. Приведите примеры последовательности решения частных задач и контроля их выполнения при обучении основным техническим действиям в избранном виде единоборств (ОПК-14)

23. Продемонстрируйте навык составления схемы зала для занятий избранным видом единоборств, перечислите необходимое оборудование и инвентарь. (ОПК-15)

24. Разработайте конспект комплексного занятия в избранном виде единоборств для группы спортсменов мужского пола 3-го года обучения, находящейся на тренировочном этапе подготовки (этапе спортивной специализации). (ПК-1)

25. Приведите примеры реализации индивидуального подхода при обучении и совершенствовании технических действий в избранном виде единоборств в процессе спортивной подготовки. (ПК-2)

26. Подберите педагогические и медико-биологические тесты для оценки подготовленности спортсменов в избранном виде единоборств. Опишите методику применения некоторых из них (не менее 3-х). (ПК-3)

27. Охарактеризуйте особенности правил соревнований и специфики судейства на систему подготовки в избранном виде единоборств. (ПК-4)

28. Охарактеризуйте методику обучения броску через спину с захватом руки на плечо (для борцов)/двухударным сериям и защитами от них (для боксеров). Определите способы совершенствования техники выполнения этих приёмов (ПК-5)

29. Охарактеризуйте методику обучения броску с захватом двух ног (для борцов)/ударам снизу и защитами от них (для боксеров). Определите способы совершенствования техники выполнения этих приёмов (ПК-5)

Охарактеризуйте методику обучения броску передней подсечкой (для борцов)/контратакующим действиям после отскока назад (для боксеров). Определите способы совершенствования техники выполнения этих приёмов (ПК-5)

7.4. АННОТАЦИЯ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

**по профилю подготовки - спортивная подготовка в избранном виде спорта:
спортивные игры**

Автор-разработчик: Таран Ирина Ивановна, кандидат психологических наук, доцент

Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы, и показатели оценивания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

Перечень вопросов, оценивающих знания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

Социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия в сфере физической культуры и спорта в обществе. (УК-4, УК-5)

2. Скоростные способности: определение, значение, простые и сложные формы проявления, факторы развития. Методы и средства развития быстроты, приёмы стимулирования проявления скоростных способностей. (ОПК-14)

3. Силовые способности: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития силы. Специфика развития силы в ИВС⁴. (ОПК-14)

4. Выносливость: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития выносливости. Специфика развития выносливости в ИВС. (ОПК-14)

5. Гибкость: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития гибкости. Специфика развития гибкости в ИВС. (ОПК-14)

6. Скоростно-силовые способности: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития скоростно-силовых способностей. (ОПК-14).

7. Координационные способности: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития координационных способностей. (ОПК-14)

8. Общая характеристика спортивной техники, основа техники, основное звено техники, детали техники. Виды ошибок, причины их возникновения и методы исправления. (ОПК-3, ОПК-4, ПК-5)

9. Понятие и отличительные особенности двигательного умения и навыка. Умение высшего порядка в ИВС. Критерии технического мастерства в ИВС. (ОПК-3)

10. Обучение двигательным действиям на занятиях спортивными играми: характеристика основных этапов обучения. (ОПК-3, ОПК-14)

11. Общая характеристика тактики игры: цель, задачи, структура тактического действия, специфические особенности реализации тактических действий в ИВС. Функции игроков в команде. (ОПК-4, ПК-5)

12. Физическая подготовка в ИВС: цель, задачи, содержание, методы, средства, тесты. (УК-7, ОПК-9, ОПК-14, ПК-1, ПК-2)

13. Техническая подготовка в ИВС: цель, задачи, содержание, методы обучения технике в ИВС, средства, тесты. Особенности технической подготовки игроков разного амплуа в ИВС. (ОПК-9, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)

14. Тактическая подготовка в ИВС: цель, задачи, содержание, методы, средства. (ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)

15. Интегральная подготовка в ИВС: цель, задачи, способы интегрирования, содержание, методы, средства. (ОПК-14, ПК-1, ПК-2)

⁴ ИВС – избранный вид спорта

16. Игровая и соревновательная подготовка в ИВС: цель, задачи, содержание, методы, средства. Особенности заданий-установок для учебных игр для игроков разного амплуа. (ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-4)
17. Структура и содержание периодов годичного цикла подготовки в ИВС. (ПК-1, ПК-4)
18. Урок как основная форма учебных занятий по спортивным играм. (ОПК-3)
19. Структура и общая характеристика тренировочного занятия. Виды тренировочных занятий в ИВС. Последовательность решения задач в тренировочном занятии. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1)
20. Цель, задачи, структура и содержание разминки в ИВС. Особенности проведения предсоревновательной разминки. Управление текущими психическими состояниями посредством разминки. (ОПК-1, ОПК-4, ОПК-9, ПК-1, ПК-4)
21. Общие положения моделирования в многолетнем процессе подготовки спортсменов. Характеристика и значение основных видов моделей. (УК-1, ПК-1, ПК-3, ПК-4)
22. Стратегическое и оперативное управление спортивной командой. (УК-3, ОПК-10, ПК-4)
23. Понятие, цель, задачи, этапы спортивного отбора и ориентации в ИВС. (ОПК-2)
24. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта. Единая всероссийская классификация. Квалификационные требования к судье по спорту. (ОПК-12, ОПК-13)
25. Возрастные особенности освоения техники в ИВС. Особенности методики обучения технике спортсменов разного возраста. (ОПК-1, ПК-1, ПК-2)
26. Основные виды травм у спортсменов в ИВС (ушибы, раны, надрывы мышц и сухожилий, вывихи, переломы): понятие, признаки, объём первой (доврачебной) помощи, меры профилактики. (ОПК-7)
27. Основные правила техники безопасности на занятиях спортивными играми в ИВС. (УК-8, ОПК-7)
28. Психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности. Предсоревновательные психические состояния (стартовое безразличие, боевая готовность, стартовая лихорадка, стартовая апатия). (ОПК-6, ОПК-9)
29. Правила оказания первой доврачебной помощи при травматических повреждениях конечностей, головы, грудной и брюшной полости. Способы временной остановки кровотечений. Особенности транспортировки пострадавшего в зависимости от вида полученной травмы. (ОПК-7)
30. Виды санкций за нарушение антидопинговых правил для спортсмена/персонала спортсмена. (ОПК-8, ПК-3)
31. Воспитание нравственных и патриотических качеств, профилактика девиантного поведения в процессе занятий спортивными играми. (ОПК-5)
32. Основные направления и проблематика научных исследований в сфере физической культуры и спорта. (ОПК-11)
33. Виды и значение соревнований в спортивных играх. Основные документы планирования соревнований. Системы проведения соревнований в ИВС. (ОПК-13)
34. Материально-техническое оснащение тренировочной и соревновательной деятельности в ИВС. (ОПК-15)
35. Правовой статус спортсменов, тренеров, судей. (УК-2, ОПК - 12)
36. Мотивация спортивной деятельности. Формирование мотивационно-ценностного отношения к здоровому образу жизни. (ОПК-6)
37. Самообразование и саморазвитие спортивного педагога. Профессиональная этика специалиста в области физической культуры и спорта. (УК-6, ОПК-12)

38. Комплексный контроль в спортивных играх: содержание, методы и средства контроля соревновательной и тренировочной деятельности. Самоконтроль спортсмена (ПК-3)

Перечень вопросов/заданий, оценивающих знания и умения компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Проведите анализ современных тенденций развития вида спорта и определить направления совершенствования спортивной подготовки в ИВС с учётом обозначенных тенденций. (УК-1, УК-4)

2. Раскройте структуру многолетней подготовки в спортивных играх опираясь на основные нормативные документы. Схематично изобразить структуру управления подготовкой спортивных резервов в Российской Федерации. (ОПК-12)

3. Разработайте основные пункты положения о соревнованиях. Перечислите состав и обязанности судейской коллегии в ИВС. (ОПК-13)

4. Перечислите действия тренера-преподавателя по защите здоровья и жизни, занимающихся спортивными играми в случае опасных или чрезвычайных ситуаций (пожар, террористический акт и т. п.). (УК-8)

5. Определите структуру соревновательной деятельности в ИВС. Раскройте содержание факторов, определяющих эффективность соревновательной деятельности в спортивных играх. (УК-1, ОПК-4, ПК-4)

6. Проведите анализ и представьте методику обучения и совершенствования индивидуальной тактики нападения в ИВС. (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

7. Проведите анализ и представьте методику обучения и совершенствования групповой тактики нападения в ИВС. (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

8. Проведите анализ и представьте методику обучения и совершенствования командной тактики нападения в ИВС. (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

9. Проведите анализ и представьте методику обучения и совершенствования индивидуальной тактики защиты в ИВС. (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

10. Проведите анализ и представьте методику обучения и совершенствования групповой тактики защиты в ИВС. (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

11. Проведите анализ и представьте методику обучения и совершенствования командной тактики защиты в ИВС. (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

12. Проведите анализ функций игроков на площадке в ИВС. Перечислите особенности спортивной подготовки игроков разного амплуа. (ПК-2)

13. Опишите способы и критерии оценки сформированности профессионально-педагогической этики спортивного педагога. (УК-5, ОПК-12)

14. Опишите техники и технологии педагогического общения. (УК-4, ОПК-5, ОПК-10, ПК-2, ПК-4)

15. Раскройте основные методы и средства проведения контроля и оценки физической и функциональной подготовленности в ИВС. (УК-7, ОПК-1, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-5)

16. Раскройте основные методы и средства проведения контроля и оценки технической подготовленности в ИВС. (ОПК-1, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)

17. Раскройте основные методы и средства проведения контроля и оценки тактической подготовленности в ИВС. (ОПК-1, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)

18. Раскройте основные методы и средства проведения контроля и оценки игровой деятельности в ИВС. (ОПК-1, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)

19. Составьте перечень критериев отбора в ИВС по группам: педагогические (не менее 5-ти), медико-биологические (не менее 5-ти), психологические (не менее 3-х), интегральные (не менее 3-х). (ОПК-2, ПК-3)

20. Проанализируйте функции и значение ритуалов и традиций как средства управления спортивной командой в соревнованиях в ИВС: (УК-3, ОПК-4, ПК-4)

21. Определите задачи занятия комплексной направленности в ИВС с параллельным решением задач для группы тренировочного этапа 1-2 года обучения. Схематично определите порядок решения задач. Перечислите достоинства, недостатки и ограничения по применению занятий комплексной направленности. (УК-1, УК-2, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1)

22. Определите задачи занятия комплексной направленности в ИВС с последовательным решением задач для группы начальной подготовки. Схематично определите порядок решения задач. Перечислите достоинства, недостатки и ограничения по применению занятий комплексной направленности. (УК-1, УК-2, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1)

23. Определите задачи занятия комплексной направленности в ИВС с параллельным решением задач для группы спортивного совершенствования. Перечислите достоинства, недостатки и ограничения по применению занятий комплексной направленности. (УК-1, УК-2, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1)

24. Определите задачи занятия избирательной направленности для группы тренировочного этапа 3-5 года обучения в ИВС. Перечислите достоинства, недостатки и ограничения по применению занятий избирательной направленности. (УК-1, УК-2, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1)

25. Перечислите основные показатели математической обработки результатов исследования и их содержательное значение для качественной характеристики эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности. (ОПК-11)

26. Перечислите основные методы математической статистики, применяемые для оценки и анализа результатов исследований в сфере физкультурно-спортивной деятельности. (ОПК-11)

27. Опишите основные особенности структуры и содержания занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности. (ОПК-3)

28. Опишите основные методы воспитания личности и формирования спортивного коллектива в процессе физкультурно-спортивной деятельности. (УК-3, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-10, ПК-2)

29. Выделите основные структурные компоненты саморазвития. Опишите эффективные приёмы тайм-менеджмента. (УК-6)

30. Раскройте технологию определения модельных показателей в ИВС. Опишите теоретическое и практическое значение моделей тренировочной и соревновательной деятельности в ИВС. (УК-1, ОПК-1, ПК-1)

31. Перечислите виды и признаки кровотечений, способы их временной остановки. Изложите правила наложения кровоостанавливающего жгута. (ОПК-7)

32. Перечислите разделы Запрещённого списка веществ и методов, ежегодно публикуемого Всемирным антидопинговым агентством. Проанализируйте проблему допинга в ИВС. (УК-1, ОПК-8, ПК-3)

33. Составьте перечень технических средств для разных видов подготовки в ИВС. (ОПК-15)

34. Раскройте содержание технологий паблик рилейшнз (связи с общественностью) в пропаганде физической культуры и спорта. (ОПК-6)

35. Раскройте содержание различных подходов к классификации типов и видов общения. Составьте свою обобщенную классификацию видов и типов общения для спортсменов (или тренеров, или болельщиков и т.п.). (УК-4, ОПК-5)

36. Раскройте методику определения общей физической работоспособности по данным пробы PWC170. Физиологические и методологические предпосылки пробы. Расчет и оценка показателей. (ПК-3)

37. Перечислите и дайте характеристику группам приёмов метода строго регламентированного упражнения для формирования координационных способностей в ИВС. (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-14)

38. Раскройте методику определения общей физической работоспособности по данным Гарвардского степ-теста. Физиологические и методологические предпосылки пробы. Расчет и оценка показателей. (ПК-3)

Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого), необходимых для оценки умений и опыта деятельности компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Перечислите и кратко опишите суть основных нормативно-правовых актов необходимых для организации и проведения соревнований (муниципальный, региональный уровни). (УК-2, УК-4, ОПК-13)

2. Составьте перечень приёмов оперативного управления спортивной командой в соревнованиях в ИВС. (УК-3, ОПК-14, ПК-4)

3. Перечислите и приведите примеры применения приёмов упрощения и усложнения условий обучения технике в ИВС. (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-2)

4. Перечислите и приведите примеры применения приёмов обеспечения вариативности условий обучения и совершенствования техники в ИВС. (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-2)

5. Перечислите и приведите примеры применения в технической подготовке в ИВС методов звуковой, зрительной и двигательной наглядности. (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-2)

6. Сформулируйте требования к тренеру, как к воспитателю, осуществляющему процесс формирования личности и коллектива. Составьте план воспитательных мероприятий в спортивной группе, включающий 4-5 пунктов. (ОПК-5, ОПК-6, ОПК-10, ОПК-12)

7. Составьте и сравните перечень критериев, информативных показателей и методов отбора на разных этапах спортивной подготовки в ИВС. (ОПК-2)

8. Определите технологию обучения техническим приемам в ИВС. Приведите примеры последовательности решения частных задач при обучении основным техническим приемам нападения в ИВС. (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-5)

9. Определите технологию обучения техническим приемам в ИВС. Приведите примеры последовательности решения частных задач при обучении основным техническим приемам защиты в ИВС. (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-5)

10. Составьте перечень возможных заданий для учебных игр в группах начальной подготовки и тренировочного этапа 1-2 года обучения в ИВС. Обоснуйте ответ с точки зрения содержания этапа спортивной подготовки. (УК-1, ОПК-4, ПК-4)

11. Составьте перечень возможных заданий для учебных игр в группах тренировочного этапа 3-5 года обучения и в группах спортивного совершенствования в ИВС. Обоснуйте ответ с точки зрения содержания этапа спортивной подготовки. (УК-1, ОПК-4, ПК-4)

12. Составьте перечень возможных установок для контрольных и товарищеских игр в группах тренировочного этапа 3-5 года обучения и в группах спортивного совершенствования в ИВС. Обоснуйте ответ с точки зрения содержания этапа спортивной подготовки. (УК-1, ОПК-4, ПК-3, ПК-4)

13. Определите технологию обучения тактическим взаимодействиям в ИВС. Приведите примеры последовательности решения частных задач при обучении основным тактическим взаимодействиям в нападении в ИВС. (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-5)

14. Определите технологию обучения тактическим взаимодействиям в ИВС. Приведите примеры последовательности решения частных задач при обучении основным тактическим взаимодействиям в защите в ИВС. (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-5)

15. Разработайте комплекс специальных упражнений (не менее 5) для совершенствования технико-тактического мастерства игроков каждого амплуа в ИВС. (ОПК-14, ПК-2)

16. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скорости перемещений для групп начальной подготовки в ИВС с применением приёмов стимулирования проявления скоростных способностей согласно возрасту занимающихся. Указать дозировку и интервалы отдыха. Определить требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

17. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скорости перемещений для групп тренировочного этапа подготовки 3-5 года обучения в ИВС с применением приёмов стимулирования проявления скоростных способностей согласно возрасту занимающихся. Указать дозировку и интервалы отдыха. Определить требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

18. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скоростно-силовых способностей ног для тренировочных групп 3-5-ого года обучения в ИВС с применением методов плиометрического и баллистического упражнений. Указать дозировку и интервалы отдыха. Определить требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

19. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скоростно-силовых способностей ног для групп спортивного совершенствования в ИВС с применением методов динамического и изометрического сокращения. Указать дозировку и интервалы отдыха. Определить требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

20. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития акробатической ловкости для групп спортивного совершенствования в ИВС. Указать дозировку и интервалы отдыха. Определить требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

21. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скоростно-силовых способностей рук для тренировочных групп 1-2-ого года обучения в ИВС с применением методов концентрического сокращения и баллистического упражнения. Указать дозировку и интервалы отдыха. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

22. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития специальной выносливости для групп спортивного совершенствования в ИВС, указать дозировку, интервалы отдыха и методы тренировки. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

23. Составьте перечень средств для развития выносливости в ИВС на начальном этапе подготовки, указать методы тренировки и возрастные особенности методики развития физического качества. Определить требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

24. Опишите количественно-качественные параметры тренировочных нагрузок в ИВС. Проанализируйте воздействие нагрузок на организм спортсменов разной квалификации, возраста и пола. (ОПК-1, ОПК-9, ОПК-14)

25. Составьте комплекс упражнений интегральной подготовки (не менее 5), используя интеграцию физических качеств в технические приемы и тактические действия для группы тренировочного этапа 3-5 года обучения в ИВС. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

26. Составьте комплекс упражнений интегральной подготовки (не менее 5), используя интеграцию технических приёмов в тактические действия для группы начальной подготовки в ИВС. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

27. Составьте комплекс упражнений интегральной подготовки (не менее 5), используя интеграцию технических приёмов в тактические действия для группы тренировочного этапа 1-2 года обучения в ИВС. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

28. Составьте комплекс упражнений интегральной подготовки (не менее 5), используя интеграцию технико-тактических действий при максимальной реализации двигательного потенциала в игровую и соревновательную деятельность для группы спортивного совершенствования в ИВС. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

29. Проанализируйте собственные недостатки и ограничения как препятствия к саморазвитию. Предложите приемы и методы саморазвития, пути повышения эффективности управления своим временем. (УК-6)

30. Подберите педагогические и медико-биологические тесты и пробы для оценки динамики подготовленности спортсменов в ИВС. Опишите методику применения некоторых из них (не менее 3-х) (ОПК-9, ПК-3, ОПК-14, ПК-3)

31. Сформулируйте тему и цель исследования по оценке эффективности процесса физической подготовки в ИВС. Подберите тесты и контрольные упражнения для экспериментального обоснования эффективности проделанной работы. Обоснуйте выбор методов математической статистики. (ОПК-11)

32. Сформулируйте тему и цель исследования по оценке эффективности процесса технической подготовки в ИВС. Подберите тесты и контрольные упражнения для экспериментального обоснования эффективности проделанной работы. Обоснуйте выбор методов математической статистики. (ОПК-11)

33. Опишите причины возникновения, основные признаки, объём первой (доврачебной) помощи при возникновении закрытой черепно-мозговой травмы (ЧМТ) у спортсмена. Меры профилактики ЧМТ в спорте. (УК-4, ОПК-7)

34. Дайте определение допинга в соответствии с Всемирным антидопинговым кодексом. Перечислите десять нарушений антидопинговых правил. (ОПК-8, ПК-3)

35. Составьте перечень необходимого оборудования и инвентаря для оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в ИВС. (ОПК-15)

36. Опишите функции этнокультурного многообразия спорта. Проанализируйте исторические аспекты культивирования спортивных игр в России. (УК-5)

37. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для формирования ведущих координационных способностей для групп спортивного совершенствования в ИВС с применением метода вариативного упражнения. Указать дозировку и интервалы отдыха. Определить требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

38. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для формирования ведущих координационных способностей для групп начальной подготовки в ИВС с применением метода строго-регламентированного упражнения. Указать дозировку и интервалы отдыха. Определить требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

7.5. АННОТАЦИЯ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

**по профилю подготовки - спортивная подготовка в избранном виде спорта:
лыжный спорт и спортивное ориентирование**

Автор-разработчик: Аввакуменков Алексей Алексеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики лыжного спорта

Методические материалы для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы, и показатели оценивания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

Перечень вопросов, оценивающих знания компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

Учёт социальных, этнических, профессиональных и культурных различий в сфере физической культуры и спорта в обществе. (УК-4, УК-5)

2. Скоростные способности: определение, значение, простые и сложные формы проявления, факторы развития. Методы и средства развития быстроты, приёмы стимулирования проявления скоростных способностей. (ОПК-14)

3. Силовые способности: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития силы. Специфика развития силы в ИВС⁵. (ОПК-14)

4. Выносливость: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития выносливости. Специфика развития выносливости в ИВС. (ОПК-14)

5. Гибкость: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития гибкости. Специфика развития гибкости в ИВС. (ОПК-14)

6. Скоростно-силовые способности: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития скоростно-силовых способностей. (ОПК-14).

7. Координационные способности: определение, значение, виды, факторы развития. Методы и средства развития координационных способностей. (ОПК-14)

8. Общая характеристика спортивной техники, основа техники, основное звено техники, детали техники. Виды ошибок, причины их возникновения и методы исправления. (ОПК-3, ОПК-4, ПК-5)

9. Понятие и отличительные особенности двигательного умения и навыка. Умение высшего порядка в ИВС. Критерии технического мастерства в ИВС. (ОПК-3)

10. Обучение двигательным действиям на занятиях ИВС: характеристика основных этапов обучения. (ОПК-3, ОПК-14)

11. Общая характеристика тактики: цель, задачи, структура тактического действия, специфические особенности реализации тактических действий в ИВС. Функции спортсменов в команде. (ОПК-4, ПК-5)

12. Физическая подготовка в ИВС: цель, задачи, содержание, методы, средства, тесты. (УК-7, ОПК-9, ОПК-14, ПК-1, ПК-2)

13. Техническая подготовка в ИВС: цель, задачи, содержание, методы обучения технике в ИВС, средства, тесты. Особенности технической подготовки избранном виде спорта. (ОПК-9, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)

14. Тактическая подготовка в ИВС: цель, задачи, содержание, методы, средства. (ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)

⁵ ИВС – избранный вид спорта

15. Соревновательная подготовка в ИВС: цель, задачи, содержание, методы, средства. Особенности тренировочных заданий при подготовке к передвижению на лыжах в ИВС (ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-4)

16. Структура и содержание периодов годичного цикла подготовки в ИВС. (ПК-1, ПК-4)

17. Урок как основная форма учебных занятий по лыжным гонкам. Типы уроков, организационные формы, структура урока, основные задачи. (ОПК-3)

18. Структура и общая характеристика тренировочного занятия. Виды тренировочных занятий в ИВС. Последовательность решения задач в тренировочном занятии. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1)

19. Цель, задачи, структура и содержание разминки в ИВС. Особенности проведения предсоревновательной разминки. Управление текущими психическими состояниями посредством разминки. (ОПК-1, ОПК-4, ОПК-9, ПК-1, ПК-4)

20. Общие положения моделирования в многолетнем процессе подготовки спортсменов. Характеристика и значение основных видов моделей. (УК-1, ПК-1, ПК-4)

21. Текущее и оперативное управление спортивной командой спортсменов в ИВС на соревнованиях различного уровня. (УК-3, ОПК-10, ПК-4)

22. Понятие, цель, задачи, этапы спортивного отбора и ориентации в ИВС. (ОПК-2)

23. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта. Единая всероссийская классификация. Квалификационные требования к судье по спорту. (ОПК-12, ОПК-13)

24. Возрастные особенности освоения техники в ИВС. Особенности методики обучения технике спортсменов разного возраста. (ОПК-1, ПК-1, ПК-2)

25. Основные виды травм у спортсменов в ИВС (ушибы, раны, надрывы мышц и сухожилий, вывихи, переломы обморожения, потертости и т.д.): понятие, признаки, объём первой (доврачебной) помощи, меры профилактики. (ОПК-7)

26. Основные правила техники безопасности на занятиях спортивным в ИВС. (УК-8, ОПК-7)

27. Психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности. Предсоревновательные психические состояния (стартовое безразличие, боевая готовность, стартовая лихорадка, стартовая апатия). (ОПК-6, ОПК-9)

28. Виды санкций за нарушение антидопинговых правил для спортсмена/персонала спортсмена. (ОПК-8, ПК-3)

29. Воспитание нравственных и патриотических качеств, профилактика девиантного поведения в процессе занятий спортивным ориентированием. (ОПК-5)

30. Основные направления и проблематика научных исследований в сфере физической культуры и спорта. (ОПК-11)

31. Виды и значение соревнований в ИВС. Основные документы планирования соревнований. Системы проведения соревнований в ИВС. (ОПК-13)

32. Материально-техническое оснащение тренировочной и соревновательной деятельности в ИВС. (ОПК-15)

33. Правовой статус спортсменов, тренеров, судей. (УК-2, ОПК - 12)

34. Мотивация спортивной деятельности. Формирование мотивационно-ценностного отношения к здоровому образу жизни. (ОПК-6)

35. Самообразование и саморазвитие спортивного педагога. Профессиональная этика специалиста в области физической культуры и спорта. (УК-6, ОПК-12)

36. Комплексный контроль в ИВС: содержание, методы и средства контроля соревновательной и тренировочной деятельности. Самоконтроль спортсмена (ПК-3)

Перечень вопросов/заданий, оценивающих знания и умения компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Проведите анализ современных тенденций развития вида спорта и определите направления совершенствования спортивной подготовки в ИВС с учётом обозначенных тенденций. (УК-1, УК-4)
2. Раскройте структуру многолетней подготовки в ИВС опираясь на основные нормативные документы. Схематично изобразите структуру управления подготовкой спортивных резервов в Российской Федерации. (ОПК-12)
3. Разработайте основные пункты положения о соревнованиях. Перечислите состав и обязанности судейской коллегии в ИВС. (ОПК-13)
4. Перечислите действия тренера-преподавателя по защите здоровья и жизни, занимающихся ИВС в случае опасных или чрезвычайных ситуаций (пожар, террористический акт и т. п.). (УК-8)
5. Определите структуру соревновательной деятельности в ИВС. Раскройте содержание факторов, определяющих эффективность соревновательной деятельности в ИВС. (УК-1, ОПК-4, ПК-4)
6. Проведите анализ и представьте варианты тактики прохождения дистанции с учетом индивидуальных особенностей спортсмена в ИВС (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)
7. Проведите анализ и представьте тактические варианты ведения соревновательной борьбы в масс-старте в ИВС (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)
8. Проведите анализ и разработайте тактические варианты при проведении эстафетных соревнований по ИВС (4x5 км; 4x10 км) (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)
9. Проведите анализ и разработайте тактические варианты при проведении спринтерских соревнований в ИВС (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)
10. Проведите анализ и представьте варианты тактики ведения соревновательной борьбы на длинных дистанциях в ИВС. (УК-4, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)
11. Опишите способы и критерии оценки сформированности профессионально-педагогической этики тренера-преподавателя по ИВС. (УК-5, ОПК-12)
12. Опишите техники и технологии педагогического общения. (УК-4, ОПК-5, ОПК-10, ПК-2, ПК-4)
13. Раскройте основные методы и средства проведения контроля и оценки физической и функциональной подготовленности в ИВС. (УК-7, ОПК-1, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-5)
14. Раскройте основные методы и средства проведения контроля и оценки технической подготовленности в ИВС. (ОПК-1, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)
15. Раскройте основные методы и средства проведения контроля и оценки тактической подготовленности в ИВС. (ОПК-1, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)
16. Раскройте основные методы и средства проведения контроля и оценки соревновательной деятельности в ИВС. (ОПК-1, ОПК-9, ОПК-11, ОПК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-5)
17. Составьте перечень критериев отбора в ИВС по группам: педагогические (не менее 5-ти), медико-биологические (не менее 5-ти), психологические (не менее 3-х), (ОПК-2, ПК-3)
18. Проанализируйте функции и значение ритуалов и традиций как средства управления спортивной командой в соревнованиях в ИВС: (УК-3, ОПК-4, ПК-4)
19. Определите задачи занятия комплексной направленности в ИВС с параллельным решением задач для группы тренировочного этапа 1-2 года обучения. Схематично определите порядок решения задач. Перечислите достоинства, недостатки и ограничения по применению занятий комплексной направленности. (УК-1, УК-2, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1)
20. Определите задачи занятия комплексной направленности в ИВС с последовательным решением задач для группы начальной подготовки. Схематично определите порядок решения задач. Перечислите достоинства, недостатки и ограничения

по применению занятий комплексной направленности. (УК-1, УК-2, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1)

21. Определите задачи занятия комплексной направленности в ИВС с параллельным решением задач для группы спортивного совершенствования. Перечислите достоинства, недостатки и ограничения по применению занятий комплексной направленности. (УК-1, УК-2, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1)

22. Определите задачи занятия избирательной направленности для группы тренировочного этапа 3-5 года обучения в ИВС. Перечислите достоинства, недостатки и ограничения по применению занятий избирательной направленности. (УК-1, УК-2, ОПК-1, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1)

23. Перечислите основные показатели математической обработки результатов исследования и их содержательное значение для качественной характеристики эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности. (ОПК-11)

24. Перечислите основные методы математической статистики, применяемые для оценки и анализа результатов исследований в сфере физкультурно-спортивной деятельности. (ОПК-11)

25. Опишите основные особенности структуры и содержания занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности. (ОПК-3)

26. Опишите основные методы воспитания личности и формирования спортивного коллектива в процессе физкультурно-спортивной деятельности. (УК-3, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-10, ПК-2)

27. Выделите основные структурные компоненты саморазвития. Опишите эффективные приёмы тайм-менеджмента. (УК-6)

28. Раскройте технологию определения модельных показателей в ИВС. Опишите теоретическое и практическое значение моделей тренировочной и соревновательной деятельности в ИВС. (УК-1, ОПК-1, ПК-1)

29. Перечислите виды и признаки кровотечений, способы их временной остановки. Изложите правила наложения кровоостанавливающего жгута. (ОПК-7)

30. Перечислите разделы Запрещённого списка субстанций и методов, ежегодно публикуемого Всемирным антидопинговым агентством. Проанализируйте проблему допинга в ИВС. (УК-1, ОПК-8, ПК-3)

31. Составьте перечень технических средств для разных видов подготовки в ИВС. (ОПК-15)

32. Раскройте содержание технологий публичных рилейшнз (связи с общественностью) в пропаганде физической культуры и спорта. (ОПК-6)

33. Раскройте содержание различных подходов к классификации типов и видов общения. Составьте свою обобщенную классификацию видов и типов общения для спортсменов (или тренеров, или болельщиков и т.п.). (УК-4, ОПК-5)

34. Раскройте методику определения общей физической работоспособности по данным пробы PWC170. Физиологические и методологические предпосылки пробы. Расчет и оценка показателей. (ПК-3)

35. Перечислите и дайте характеристику группам приёмов метода строго регламентированного упражнения для формирования координационных способностей в ИВС. (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-14)

36. Раскройте методику определения общей физической работоспособности по данным Гарвардского степ-теста, физиологические и методологические предпосылки пробы. Объясните методику расчета и оценки показателей (ПК-3)

Перечень практических заданий (кейсов, ситуационных задач, другого), необходимых для оценки умений и опыта деятельности компетенций на государственной итоговой аттестации (государственном экзамене)

1. Перечислите и кратко опишите суть основных нормативно-правовых актов необходимых для организации и проведения соревнований (муниципальный, региональный уровни). (УК-2, УК-4, ОПК-13)
2. Составьте перечень приёмов оперативного управления спортивной командой спортсменов в соревнованиях в ИВС. (УК-3, ОПК-14, ПК-4)
3. Перечислите и приведите примеры применения приёмов обеспечения вариативности условий обучения и совершенствования техники передвижения в ИВС. (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-2)
4. Перечислите и приведите примеры применения в технической подготовке в ИВС методов звуковой, зрительной и двигательной наглядности. (ОПК-1, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-2)
5. Сформулируйте требования к тренеру, как к воспитателю, осуществляющему процесс формирования личности и коллектива. Составьте план воспитательных мероприятий в спортивной группе, включающий 4-5 пунктов. (ОПК-5, ОПК-6, ОПК-10, ОПК-12)
6. Составьте и сравните перечень критериев, информативных показателей и методов отбора на разных этапах спортивной подготовки в ИВС. (ОПК-2)
7. Определите технологию обучения техническим приёмам в ИВС. Приведите примеры последовательности решения частных задач при обучении основным способам передвижения в ИВС. (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-5)
8. Составьте перечень возможных заданий для круговых тренировок в группах начальной подготовки и тренировочного этапа 1-2 года обучения в ИВС. Обоснуйте ответ с точки зрения содержания этапа спортивной подготовки. (УК-1, ОПК-4, ПК-4)
9. Составьте последовательную программу совершенствования техники передвижения в ИВС в группах тренировочного этапа 3-5 года обучения и в группах спортивного совершенствования в ИВС. Обоснуйте ответ с точки зрения содержания этапа спортивной подготовки. (УК-1, ОПК-4, ПК-4)
10. Составьте перечень возможных программ для контрольных и тестовых соревнований в группах тренировочного этапа 3-5 года обучения и в группах спортивного совершенствования в ИВС. Обоснуйте ответ с точки зрения содержания этапа спортивной подготовки. (УК-1, ОПК-4, ПК-3, ПК-4)
11. Определите технологию обучения тактическим взаимодействиям в ИВС. Приведите примеры последовательности решения частных задач при обучении основным тактическим взаимодействиям при преодолении соревновательной дистанции. (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-5)
12. Определите технологию обучения тактическим взаимодействиям в ИВС. Приведите примеры последовательности решения частных задач при обучении основным тактическим взаимодействиям в эстафетных соревнованиях. (ОПК-3, ОПК-4, ОПК-14, ПК-1, ПК-5)
13. Разработайте комплекс специальных упражнений (не менее 5) для совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов избранном виде спорта. (ОПК-14, ПК-2)
14. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скоростных качеств для групп начальной подготовки в ИВС согласно возрасту занимающихся. Укажите дозировку и интервалы отдыха. Определите требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)
15. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скоростной выносливости для групп тренировочного этапа подготовки 3-5 года обучения в ИВС согласно возрасту занимающихся. Укажите дозировку и интервалы отдыха. Определите требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

16. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скоростно-силовых способностей для тренировочных групп 3-5-ого года обучения в ИВС. Укажите дозировку и интервалы отдыха. Определите требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

17. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скоростно-силовых способностей для групп спортивного совершенствования в ИВС. Укажите дозировку и интервалы отдыха. Определите требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

18. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития координационных способностей для групп спортивного совершенствования в ИВС. Укажите дозировку и интервалы отдыха. Определите требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

19. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития скоростно-силовых способностей верхнего плечевого пояса для тренировочных групп 1-2-ого года обучения в ИВС. Укажите дозировку и интервалы отдыха. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

20. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для развития специальной выносливости для групп спортивного совершенствования в ИВС, укажите дозировку, интервалы отдыха и методы тренировки. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

21. Составьте перечень средств для развития выносливости в ИВС на начальном этапе подготовки, укажите методы тренировки и возрастные особенности методики развития физического качества. Определите требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

22. Опишите количественно-качественные параметры тренировочных нагрузок в ИВС. Проанализируйте воздействие нагрузок на организм спортсменов разной квалификации, возраста и пола. (ОПК-1, ОПК-9, ОПК-14)

23. Составьте комплекс упражнений интегральной подготовки (не менее 5), используя интеграцию физических качеств в технические характеристики способов передвижения в ИВС тренировочного этапа 3-5 года обучения в ИВС. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

24. Составьте комплекс упражнений интегральной подготовки (не менее 5), используя интеграцию технических характеристик техники передвижения в ИВС на лыжах и тактические действия для группы начальной подготовки в ИВС. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

25. Составьте комплекс упражнений интегральной подготовки (не менее 5), используя интеграцию технических характеристик техники передвижения в ИВС на лыжах в тактические действия для группы тренировочного этапа 1-2 года обучения в ИВС. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

26. Составьте комплекс упражнений интегральной подготовки (не менее 5), используя интеграцию технико-тактических действий при максимальной реализации двигательного потенциала в соревновательную деятельность для группы спортивного совершенствования в ИВС. (ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-5)

27. Проанализируйте собственные недостатки и ограничения как препятствия к саморазвитию. Предложите приемы и методы саморазвития, пути повышения эффективности управления своим временем. (УК-6)

28. Подберите педагогические и медико-биологические тесты и пробы для оценки динамики подготовленности спортсменов в ИВС. Опишите методику применения некоторых их них (не менее 3-х) (ОПК-9, ПК-3, ОПК-14, ПК-3)

29. Сформулируйте тему и цель исследования по оценке эффективности процесса физической подготовки в ИВС. Подберите тесты и контрольные упражнения для экспериментального обоснования эффективности проделанной работы. Обоснуйте выбор методов математической статистики. (ОПК-11)

30. Сформулируйте тему и цель исследования по оценке эффективности процесса технической подготовки в ИВС. Подберите тесты и контрольные упражнения для экспериментального обоснования эффективности проделанной работы. Обоснуйте выбор методов математической статистики. (ОПК-11)

31. Опишите причины возникновения травм опорно-двигательного аппарата и обморожений спортсменов в ИВС, травматизма в ИВС. (УК-4, ОПК-7)

32. Дайте определение допинга в соответствии с Всемирным антидопинговым кодексом. Перечислите основные нарушения антидопинговых правил. (ОПК-8, ПК-3)

33. Составьте перечень необходимого оборудования и инвентаря для оснащения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий в ИВС. (ОПК-15)

34. Опишите функции этнокультурного многообразия зимних видов спорта. Проанализируйте исторические аспекты культивирования ИВС в России. (УК-5)

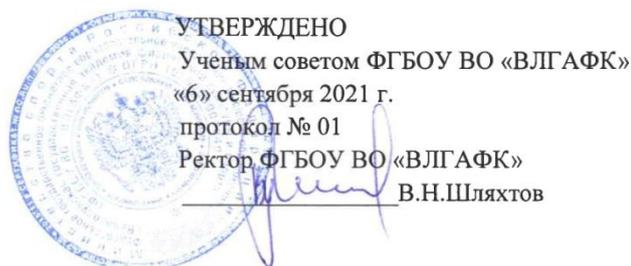
35. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для формирования ведущих координационных способностей для групп спортивного совершенствования в ИВС с применением метода вариативного упражнения. Укажите дозировку и интервалы отдыха. Определите требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

36. Составьте комплекс упражнений (не менее 5) для формирования ведущих координационных способностей для групп начальной подготовки в ИВС с применением метода строго-регламентированного упражнения. Укажите дозировку и интервалы отдыха. Определите требования к технике безопасности. (УК-7, УК-8, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-14, ПК-1)

8. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

В соответствии с Федеральным законом от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» воспитание обучающихся ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» при освоении ими основной профессиональной образовательной программы осуществляется на основе рабочей программы воспитания (утверждена учёным советом ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» 25 марта 2021 года, протокол № 10) и календарного плана воспитательной работы, которые представлены на официальном сайте ФГБОУ ВО «ВЛГАФК» в разделе «Прочие документы».

9. РЕШЕНИЕ УЧЁНОГО СОВЕТА О ВНЕСЕНИИ ИЗМЕНЕНИЙ В ОСНОВНУЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ



РЕШЕНИЕ

Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта» по вопросу «Об изменениях в основные профессиональные образовательные программы высшего образования по направлениям подготовки».

Заслушав и обсудив выступление проректора по учебной работе Андрияновой Е.Ю.,

СОВЕТ ПОСТАНОВЛЯЕТ:

I. В связи с приказом Минобрнауки России № 1456 от 26 ноября 2020 года «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования» (далее – ФГОС ВО) внести изменения в основные профессиональные образовательные программы высшего образования (далее - ОПОП ВО) по направлениям подготовки:

1. В ОПОП ВО по направлениям подготовки:

43.03.01 Сервис, направленность (профиль) – Социально-культурный сервис;

49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) - спортивная подготовка в избранном виде спорта: легкая атлетика, гимнастика, единоборства, спортивные игры, лыжный спорт, спортивное ориентирование/лыжный спорт и спортивное ориентирование;

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), направленность (профиль) – адаптивное физическое воспитание;

44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) – безопасность жизнедеятельности;

44.03.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) - Практическая психология образования

1) изменить наименование универсальной компетенции выпускника УК-8 на «Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечении устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов» компетенцию и установить индикаторы её достижения:

УК-8.1. Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций,

военных конфликтов; методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества;

УК-8.2. Умеет обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;

УК-8.3. Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности.

2) ввести новые универсальные компетенции и установить индикаторы их достижения:

<p>Экономическая культура, в том числе финансовая грамотность</p>	<p>УК-9. Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности</p>	<p>УК-9.1. Знает принципы рационального выбора и наблюдаемые отклонения от рационального поведения; основные принципы экономического анализа для принятия решений; основные экономические понятия: экономические ресурсы, экономические агенты, товары, услуги, спрос, предложение, рыночный обмен, цена, деньги, доходы, издержки, прибыль, собственность, конкуренция, монополия, фирма, институты, кредит, процент, риск, страхование, государство, инфляция, безработица, валовый внутренний продукт, экономический рост; ресурсные ограничения экономического развития, источники повышения производительности труда, технического и технологического прогресса, показатели экономического развития и экономического роста, особенности циклического развития рыночной экономики; понятие общественных благ и роль государства в их обеспечении; цели, задачи, инструменты и эффекты бюджетной, налоговой, денежно-кредитной, социальной, пенсионной политики государства и их влияние на макроэкономические параметры и индивидов</p> <p>УК-9.2 Умеет воспринимать и анализировать информацию, необходимую для принятия обоснованных экономических решений;</p>
---	---	---

		критически оценивать информацию о перспективах экономического роста и технологического развития экономики страны и отдельных её отраслей; решать типичные задачи в сфере личного экономического и финансового планирования; выбирать инструменты управления личными финансами для достижения финансовых целей УК-9.3. Владеет базовыми принципами функционирования экономики и экономического развития; методами личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей; финансовыми инструментами для управления личными финансами
Гражданская позиция	УК-10. Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	УК-10.1 Знает действующие правовые нормы, обеспечивающие борьбу с коррупцией в различных областях жизнедеятельности; способы профилактики коррупции и формирования нетерпимого отношения к ней УК-10.2 Умеет планировать, организовывать и проводить мероприятия, обеспечивающие формирование гражданской позиции и предотвращение коррупции в социуме УК-10.3 Владеет навыками взаимодействия в обществе на основе нетерпимого отношения к коррупции

2. В ОПОП ВО по направлению подготовки 43.03.01 Сервис, направленность (профиль) – Социально-культурный сервис ввести новую общепрофессиональную компетенцию и установить индикаторы её достижения¹:

Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной	ОПК-8. Способен понимать принципы работы современных	ОПК-8.1 Знает процессы, методы поиска, сбора, хранения, обработки, представления, распространения информации и способы осуществления таких процессов и методов
--	--	---

¹ Индикаторы достижения компетенции разработаны на основе письма Минобрнауки России № МН-5/4611 от 12.07.2021 «О направлении информации», в котором представлен утверждённый модуль «Введение в информационные технологии»

деятельности	информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	(информационные технологии; современные инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, используемые для решения задач профессиональной деятельности, принципы их работы; ОПК-8.2 Умеет выбирать и использовать современные информационно-коммуникационные и интеллектуальные технологии, инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности; анализировать профессиональные задачи, выбирать и использовать подходящие ИТ-решения; ОПК-8.3 Владеет навыками работы с лежащими в основе ИТ-решений данными; навыками применения современных информационно-коммуникационных и интеллектуальных технологий, инструментальных сред, программно-технических платформ и программных средств, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности
--------------	---	---

3. В ОПОП ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) - спортивная подготовка в избранном виде спорта: легкая атлетика, гимнастика, единоборства, спортивные игры, лыжный спорт, спортивное ориентирование/лыжный спорт и спортивное ориентирование ввести новую общепрофессиональную компетенцию и установить индикаторы её достижения²:

Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности	ОПК-16. Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач	ОПК-16.1 Знает процессы, методы поиска, сбора, хранения, обработки, представления, распространения информации и способы осуществления таких процессов и методов (информационные технологии; современные инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, используемые
---	---	---

² Индикаторы достижения компетенции разработаны на основе письма Минобрнауки России № МН-5/4611 от 12.07.2021 «О направлении информации», в котором представлен утверждённый модуль «Введение в информационные технологии»

	профессиональной деятельности	для решения задач профессиональной деятельности, принципы их работы; ОПК-16.2 Умеет выбирать и использовать современные информационно-коммуникационные и интеллектуальные технологии, инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности; анализировать профессиональные задачи, выбирать и использовать подходящие ИТ-решения; ОПК-16.3 Владеет навыками работы с лежащими в основе ИТ-решений данными; навыками применения современных информационно-коммуникационных и интеллектуальных технологий, инструментальных сред, программно-технических платформ и программных средств, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности
--	-------------------------------	---

4. В ОПОП ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), направленность (профиль) – адаптивное физическое воспитание ввести новую общепрофессиональную компетенцию и установить индикаторы её достижения³:

Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности	ОПК-16. Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	ОПК-16.1 Знает процессы, методы поиска, сбора, хранения, обработки, представления, распространения информации и способы осуществления таких процессов и методов (информационные технологии; современные инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, используемые для решения задач профессиональной деятельности, принципы их работы); ОПК-16.2 Умеет выбирать и использовать современные информационно-коммуникационные и интеллектуальные технологии, инструментальные среды,
---	--	--

³ Индикаторы достижения компетенции разработаны на основе письма Минобрнауки России № МН-5/4611 от 12.07.2021 «О направлении информации», в котором представлен утверждённый модуль «Введение в информационные технологии»

		<p>программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности; анализировать профессиональные задачи, выбирать и использовать подходящие ИТ-решения;</p> <p>ОПК-16.3 Владеет навыками работы с лежащими в основе ИТ-решений данными; навыками применения современных информационно-коммуникационных и интеллектуальных технологий, инструментальных сред, программно-технических платформ и программных средств, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности</p>
--	--	---

5. В ОПОП ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) – безопасность жизнедеятельности ввести новую общепрофессиональную компетенцию и установить индикаторы её достижения⁴:

Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности	ОПК-9. Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	<p>ОПК-9.1 Знает процессы, методы поиска, сбора, хранения, обработки, представления, распространения информации и способы осуществления таких процессов и методов (информационные технологии; современные инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, используемые для решения задач профессиональной деятельности, принципы их работы;</p> <p>ОПК-9.2 Умеет выбирать и использовать современные информационно-коммуникационные и интеллектуальные технологии, инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности; анализировать профессиональные задачи, выбирать и использовать подходящие ИТ-решения;</p> <p>ОПК-9.3 Владеет навыками работы с</p>
---	--	---

		лежащими в основе ИТ-решений данными; навыками применения современных информационно-коммуникационных и интеллектуальных технологий, инструментальных сред, программно-технических платформ и программных средств, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности
--	--	--

6. В ОПОП ВО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) - Практическая психология образования ввести новую общепрофессиональную компетенцию и установить индикаторы её достижения⁵:

Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности	ОПК-9. Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	<p>ОПК-9.1 Знает процессы, методы поиска, сбора, хранения, обработки, представления, распространения информации и способы осуществления таких процессов и методов (информационные технологии; современные инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, используемые для решения задач профессиональной деятельности, принципы их работы;</p> <p>ОПК-9.2 Умеет выбирать и использовать современные информационно-коммуникационные и интеллектуальные технологии, инструментальные среды, программно-технические платформы и программные средства, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности; анализировать профессиональные задачи, выбирать и использовать подходящие ИТ-решения;</p> <p>ОПК-9.3 Владеет навыками работы с лежащими в основе ИТ-решений данными; навыками применения современных информационно-коммуникационных и</p>
---	--	--

⁵ Индикаторы достижения компетенции разработаны на основе письма Минобрнауки России № МН-5/4611 от 12.07.2021 «О направлении информации», в котором представлен утверждённый модуль «Введение в информационные технологии»

		интеллектуальных технологий, инструментальных сред, программно-технических платформ и программных средств, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности
--	--	---

7. В ОПОП ВО по направлениям подготовки:

49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) - профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта;

49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), направленность (профиль) – физическая реабилитация;

49.04.03 Спорт, направленность (профиль) - медико-биологическое обеспечение спорта

признать утратившим силу требование следующего пункта соответствующих ФГОС ВО «4.2.4. Среднегодовое число публикаций научно-педагогических работников Организации за период реализации программы магистратуры в расчете на 100 научно-педагогических работников (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям) должно составлять не менее 2 в журналах, индексируемых в базах данных Web of Science или Scopus, или не менее 20 в журналах, индексируемых в Российском индексе научного цитирования».

II. Контроль за исполнением решения Ученого совета возложить на проректора по учебной работе Андриянову Е.Ю.

Ученый секретарь Ученого совета
канд. психол. наук, доцент
«6» сентября 2021 года



Н.А. Алексеева