

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

**Факультет физической культуры
Кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения: заочная

Разработчики: канд. пед. наук, доцент Четайкина О. В.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 25.04.2017 года

Зав. кафедрой



Е. А. Якимова

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 11 от 15.05.2018 года

Зав. кафедрой



О. В. Четайкина

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 29.08.2019 года

Зав. кафедрой



М. Ю. Трескин

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой



М. Ю. Трескин

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины – формирование у студентов целостного представления о системе управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта. приобретение спортсменами знаний и навыков по управлению и регулированию тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов. умение оценивать функциональное состояние спортсмена, следить за его здоровьем.

Задачи дисциплины:

- ознакомление с технологией труда спортивного тренера;
- вооружение студентов правовыми знаниями в области физической культуры и спорта;
- приобретение умений планирования тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов;
- формирование умений подбора адекватных поставленным задачам средств и методов тренировки, определения величин нагрузок, адекватных возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата;
- овладение умениями управления тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс;
- формирование умения осуществлять педагогический контроль, самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму нагрузки в процессе занятий избранным видом спорта;
- овладение навыками владения срочной информации при управлении нагрузками на тренировке;
- формирование умений разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы тренировочных занятий в избранном виде спорта;
- вооружение студентов знаниями об особенностях воспитания качеств спортивного характера;
- овладение знаний решения профессиональных задач с использованием информационно-коммуникационных технологий и с учетом требований информационной безопасности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.01 «Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 4 и 5 курсах, в 12 и 13 триместрах.

Для изучения дисциплины требуется: знания особенностей физиологического развития человека, теории и методики избранного вида спорта, основ биомеханики двигательных действий, правил проведения соревнований в избранном виде спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта

Изучению дисциплины Б1.В.01 «Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта» предшествует освоение дисциплин (практик): Б1.Б.10 Анатомия человека; Б1.Б.14 Физиология человека; Б1.Б.25 Теория и методика

физической культуры и спорта; Б1.В.02 Спортивная метрология; Б1.В.07 Биомеханика двигательной деятельности; Б1.В.08 Теория и методика избранного вида спорта; Б1.В.ДВ.08.01 Технологии педагогического взаимодействия в подготовке спортсменов различной квалификации.

Освоение дисциплины Б1.В.01 «Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик): ФТД.В.01 Повышение спортивного мастерства; Б1.В.ДВ.02.02 Питание спортсменов в процессе тренировки; Б2.В.04 (П) Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; Б1.В.03 Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта», включает: образование в сфере физической культуры, спорт, двигательную рекреацию и реабилитацию, пропаганду здорового образа жизни, сферу услуг, туризм, сферу управления, научно-исследовательские работы, исполнительское мастерство.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- лица, вовлеченные в деятельность в сфере физической культуры и спорта, и потенциальные потребители физкультурно-оздоровительных и спортивных услуг;
- процессы формирования мировоззренческих, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на сохранение и укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни, оптимизации психофизического состояния человека, освоения им разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности;
- учебно-методическая и нормативная документация.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Тренер, утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №193н от 07.04.2014).

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-4 способностью использовать основы правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности.		
ОК-4	способностью использовать основы правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности	<i>знать:</i> – нормативно-правовое обеспечение в области физической культуры и спорта; – основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по

	избранным видам спорта); – федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; – общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта; <i>уметь:</i> – использовать в профессиональной практике положения нормативно-правовых актов, рекомендательных документов в области физической культуры и спорта; – с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике образовательных и спортивных учреждений; <i>владеть:</i> – навыками применения правовых знаний в текущей профессиональной деятельности.
--	---

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

ОПК-12 способностью использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриатизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой	
ОПК-12 способностью использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриатизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой	<i>знать:</i> – теорию и методику спортивной тренировки в избранном виде спорта; – различные методики оценки личностных характеристик занимающихся с учетом индивидуальных особенностей; – методики воспитания патриотизма; профилактики девиантного поведения, особенности формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях избранным видом спорта <i>уметь:</i> – использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой <i>владеть:</i> – технологией воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях избранным видом спорта
ОПК-13 способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культур с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом требований информационной безопасности.	
ОПК-13 способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культур с применением информационно-	<i>знать:</i> – способы поиска и обработки актуальной информации по избранному виду спорта; – стандартные задачи профессиональной деятельности; – Основы информационной и библиографической культуры; – требования информационной безопасности <i>уметь:</i> – решать стандартные задачи профессиональной деятельности на

коммуникационных технологий и с учетом требований информационной безопасности.	основе информационной и библиографической культур с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности <i>владеть:</i> – умениями применять информационно-коммуникационные технологии для решения стандартных задач профессиональной деятельности по избранному виду спорта.
ОПК-2 способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов.	
ОПК-2 способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов	<i>знать:</i> – содержание и закономерности управления тренировочным процессом в избранном виде спорта; – методику преподавания тренировочных занятий по избранным видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований федеральных стандартов по видам спорта; <i>уметь:</i> – проводить занятия по избранным видам спорта на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований федеральных стандартов по видам спорта; <i>владеть:</i> – методикой проведения занятий по избранным видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований федеральных стандартов по видам спорта.
ОПК-4 способностью воспитывать у учеников социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность, толерантность	
ОПК-4 способностью воспитывать у учеников социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность, толерантность	<i>знать:</i> – общие основы педагогики, психологии, культурологи, истории; – характеристики социально-личностных качеств: целеустремленности, организованности, трудолюбия, ответственности, гражданственности, коммуникативности, толерантности <i>уметь:</i> – применять в профессиональной деятельности комплекс технологий, направленных на целенаправленное формирование у занимающихся социально-личностных качеств; – применять комплекс технологий, направленных на целенаправленное формирование у занимающихся социально-личностных качеств <i>владеть:</i> – навыками формирования у занимающихся социально-личностных качеств: целеустремленности, организованности, трудолюбия, ответственности, гражданственности, коммуникативности, толерантности

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

педагогическая деятельность

ПК-1 способностью использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные диагностические технологии		
ПК-1	способностью использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные диагностические технологии	<i>знать:</i> – основные положения и принципы педагогики; – методы педагогического контроля тренировочного процесса и качества спортивной подготовки в избранном виде спорта; – систему комплексного контроля тренировочного процесса и самоконтроля; – актуальные диагностические технологии в избранном виде спорта; <i>уметь:</i> – применять основные положения и принципы педагогики; – использовать методы педагогического контроля тренировочного процесса и качества спортивной подготовки в избранном виде спорта; – использовать систему комплексного контроля тренировочного процесса; – осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму нагрузки в процессе занятий избранным видом спорта; – применять актуальные диагностические технологии в избранном виде спорта; <i>владеть:</i> – навыками организации тренировочного процесса на основе основных положений и принципов педагогики; – методами педагогического контроля в управлении спортивной подготовкой; – навыками использования комплексного контроля тренировочного процесса; – навыками самоконтроля, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму нагрузки в процессе занятий избранным видом спорта; – применять актуальные диагностические технологии управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта.
ПК-2 способностью осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры		
ПК-2	способностью осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры	<i>знать:</i> – основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта; – основные понятия и термины избранного вида спорта; – разнообразные средства и методы спортивной тренировки в избранном виде спорта – систему тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта; <i>уметь:</i> – применять положения теории физической культуры в образовательном процессе; – использовать средства и методы спортивной тренировки в избранном виде спорта с учетом особенностей различных

	категорий занимающихся; – нормировать нагрузку в избранном виде спорта; <i>владеть:</i> – навыком рационального построения тренировочного процесса; – умениями подбора адекватных поставленным задачам средств и методов тренировки; – навыками анализа и оценки всех этапов образовательного процесса; – умениями определения величин нагрузок, адекватных возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата; – навыками управления тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс
--	--

ПК-3 способностью разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий	
ПК-3 способностью разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий.	<i>знать:</i> – требования к содержанию программ тренировочных занятий в избранном виде спорта – документы текущего планирования тренировочного процесса в избранном виде спорта; – цель, задачи, структуру, содержание тренировочных занятий различной направленности; – федеральные стандарты спортивной подготовки, типовые программы спортивной подготовки по видам спорта <i>уметь:</i> – пользоваться программно-методическими документами, – планировать тренировочный процесс с установкой на достижение высоких спортивных результатов <i>владеть:</i> – навыками разработки плана спортивной подготовки по избранному виду спорта

тренировочная деятельность

ПК-11 способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	
ПК-11 способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта	<i>знать:</i> – документы перспективного и оперативного планирования тренировочного процесса в избранном виде спорта; <i>уметь:</i> – планировать тренировочный процесс с установкой на достижение высоких спортивных результатов; – разрабатывать документы перспективного и оперативного планирования тренировочного процесса в избранном виде спорта; <i>владеть:</i> – навыками разработки план-конспекта тренировочного занятия в избранном виде спорта
ПК-13 способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию	
ПК-13 способностью использовать актуальные	<i>знать:</i> – виды и методы педагогического контроля и учета его

для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию	результатов; – содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта; – актуальные технологии управления состоянием спортсмена <i>уметь:</i> – разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение; – пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации; – фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля; – находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся <i>владеть:</i> – способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию
---	---

ПК-8 способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта.

ПК-8 способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта	<i>знать:</i> – истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; – медико-биологические и психологические основы и формирования теории спортивной тренировки; – медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; – санитарно-гигиенические основы, деятельности в нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта; – технологии тренировки в избранном виде спорта; <i>уметь:</i> – использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; – соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности. <i>владеть:</i> – умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; – современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; – умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности
--	--

культурно-просветительская деятельность

ПК-32 способностью использовать приемы общения при работе с коллективом обучающихся и каждым индивидуумом	
ПК-32 способностью использовать приемы	<i>знать:</i> – средства и методы, этапы и критерии отбора и ориентации;

общения при работе с коллективом обучающихся и каждым индивидуумом	– функции и средства общения; – стили педагогического общения; – психологию конфликта; – психологию межличностных отношений; – психологию личности и группы, группового поведения; – правила спортивной этики. <i>уметь:</i> – осуществлять отбор спортсменов в избранном виде спорта; – свободно общаться с различным контингентом, грамотно освещать проблемы в профессиональной деятельности; – выбрать и реализовать тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам; – устанавливать конструктивные взаимоотношения и организовывать взаимодействие между участниками образовательного процесса; – соблюдать правила спортивной этики; <i>владеть:</i> – методиками отбор спортсменов в избранном виде спорта; – различными приемами, формами, видами устной и письменной речи в профессиональной деятельности; – приемами общения при работе с коллективом занимающихся и каждым индивидуумом; – психолого-педагогическими способами и методами создания благоприятного микроклимата в коллективе.
--	--

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Двенадцатый триместр	Четырнадцатый триместр
Контактная работа (всего)	16	8	8
Лекции	6	4	2
Практические	10	4	6
Самостоятельная работа (всего)	115	60	55
Виды промежуточной аттестации	13	4	9
Зачет	4	4	
Экзамен	9		9
Общая трудоемкость часы	144	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	4	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Теоретико-методические аспекты управления тренировочным процессом

Понятие о технологии управления тренировочным процессом. Теоретико-методические положения системы подготовки юных спортсменов. Схема управления в процессе спортивной тренировки.

Постановка цели и прогнозирование. Основное понятие «прогнозирование». Направления прогнозирования в спорте. Классификация схем и методов

прогнозирования. Методы спортивного прогнозирования: интуитивного предвидения, экспертных оценок, экстраполяции, моделирования.

Понятия «модель» и «моделирование». Основные категории моделей, используемых при организации тренировочного процесса. Моделирование тренировочного цикла, этапа. Планирование и программирование компонентов спортивной тренировки. Параметры, определяющие процесс планирования и структуры различных циклов подготовки. Требования к планированию подготовки. Моделирование подготовки спортсменов в подготовительном периоде. Перспективное, годовое, текущее и оперативное планирование. Методы планирования: программно-целевой, моделирование (графическое, математическое, сетевое), линейное программирование. Виды учета: предварительный, текущий, итоговый. Формы учета: журнал, дневник спортсмена, дневник тренера. Методы и способы коррекции планов спортивного совершенствования.

Программно-методическое обеспечение системы управления подготовкой спортивных резервов. Программно-методические документы ДЮСШ. Программно-методические документы СДЮСШОР.

Система комплексного контроля в управлении спортивной подготовкой. Методологические основы комплексного контроля. Нормативные показатели педагогического контроля. Показатели состояния и динамики подготовленности спортсмена. Контроль за соревновательной деятельностью. Особенности комплексного медико-биологического и биомеханического контроля. Оценка результатов обследования. Оперативный, текущий и этапный контроль.

Корректировка и принятие решений в процессе управления тренировочным процессом.

Модуль 2. Спортивная ориентация и отбор в многолетней подготовке

Критерии и подходы к диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности. Понятие «спортивный отбор», «спортивная ориентация» и «спортивная селекция». Этапы спортивного отбора, основные направления различных этапов отбора спортивного резерва. Этапы и критерии спортивного отбора.

Методологический подход к решению проблемы отбора и диагностики спортивных способностей. Основные показатели (критерии) отбора и ориентации спортсменов.

Исходные показатели и темпы их прироста. Факторы, подлежащих учету в исходной проверке способностей спортсменов различных видов спорта, их характеристика.

Перспективы спортивной деятельности. Оценка перспектив спортсменов на этапах спортивного совершенствования. Критерии, определяющие способность спортсменов реализовать свои достиженческие возможности.

Основы методики тренировки. Цели и задачи спортивной тренировки. Основные стороны спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки и их классификация. Принципы спортивной тренировки. Планирование тренировочного процесса. Перспективное, текущее и оперативное планирование тренировочного процесса в избранном виде спорта.

Организация и методика проведения занятий в группах различной

квалификации. Задачи, средства и методы тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах.

Система тренировочных и соревновательных нагрузок юных спортсменов. Классификация нагрузок. Планирование тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле.

Раздел 3. Основы построения многолетней спортивной подготовки

Этапы многолетнего тренировочного процесса и факторы, определяющие его структуру. Организация тренировочной работы на различных этапах многолетней подготовки. Основы рационального построения спортивной тренировки и эффективного распределения средств на разных этапах подготовки в зависимости от поставленных задач. Основные методические положения оптимизации тренировки в процессе многолетнего совершенствования.

Факторы, определяющие структуру годичного цикла. Задачи, средства и методы тренировки на общеподготовительном (базовом), специально-подготовительном и предсоревновательном этапах подготовительного периода. Задачи, средства и методы тренировки в соревновательном периоде. Задачи, средства и методы тренировки переходного периода.

Характеристика этапа развития спортивной формы, этапа непосредственной подготовки к главному этапу.

Факторы при выборе модели построения круглогодичной тренировки. Принципиальные положения «классической» модели построения тренировочных макроциклов. Основные модели блоковой периодизации. Технология применения различных моделей тренировочных циклов.

Мезоциклы, их структура, продолжительность и характеристика. Факторы, влияющие на структуру мезоциклов. Типы мезоциклов, особенности их построения. Задачи и средства втягивающих, базовых, контрольно-подготовительных, предсоревновательных (подводящих), соревновательных и восстановительных мезоциклов. Сочетание различных микроциклов в мезоцикле.

Определение и классификация микроциклов тренировки, их структура, продолжительность и характеристика. Факторы, влияющие на структуру микроциклов тренировки. Типы микроциклов, их характеристика. Сочетание занятий с различными нагрузками в микроцикле. Основы рационального построения спортивной тренировки на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки к главным соревнованиям года. Этапы предсоревновательной подготовки, их продолжительность. Стратегия острой адаптации. Стратегия долговременной адаптации. Стратегия раздельной адаптации. Стратегия повторной адаптации. Стратегия комплексной адаптации. Утомление и восстановление организма спортсменов при мышечной деятельности. Акклиматизация и реакклиматизация организма.

Раздел 4. Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность

Соревнования как основа существования спорта. Общие положения. Способы проведения соревнований. Правила соревнований в избранном виде спорта. Положение о соревнованиях. Характеристика соревновательной деятельности. Фазы соревновательной деятельности.

Сущность соревновательной деятельности и особенности ее реализации в сфере спорта. Современные подходы к классификации соревновательной деятельности. Специфические особенности спортивных соревнований. Понятия «спортивное соревнование» и «спортивное состязание». Факторы, влияющие на состязательную нацеленность. Результативность соревновательной деятельности. Тактика соревновательной деятельности.

Календарный план спортивных мероприятий и индивидуализация системы соревнований.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции

Модуль 1. Теоретико-методические аспекты управления тренировочным процессом (2 ч.)

Тема 1. Основные положения системы управления спортивной подготовкой (2 ч.)

Понятие о технологии управления тренировочным процессом. Теоретико-методические положения системы подготовки юных спортсменов. Схема управления в процессе спортивной тренировки.

Постановка цели и прогнозирование. Основное понятие «прогнозирование». Направления прогнозирования в спорте. Классификация схем и методов прогнозирования. Методы спортивного прогнозирования: интуитивного предвидения, экспертных оценок, экстраполяции, моделирования.

Понятия «модель» и «моделирование». Основные категории моделей, используемых при организации тренировочного процесса. Моделирование тренировочного цикла, этапа. Планирование и программирование компонентов спортивной тренировки. Параметры, определяющие процесс планирования и структуры различных циклов подготовки. Требования к планированию подготовки. Моделирование подготовки спортсменов в подготовительном периоде. Перспективное, годовое, текущее и оперативное планирование. Методы планирования: программно-целевой, моделирование (графическое, математическое, сетевое), линейное программирование. Виды учета: предварительный, текущий, итоговый. Формы учета: журнал, дневник спортсмена, дневник тренера. Методы и способы коррекции планов спортивного совершенствования.

Модуль 2. Спортивная ориентация и отбор в многолетней подготовке (2 ч.)

Тема 2. Первичная спортивная ориентация и отбор в многолетней подготовке (2 ч.)

Критерии и подходы к диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности. Понятие «спортивный отбор» и «спортивная ориентация». Планирование спортивного отбора и ориентация. Этапы спортивного отбора, задачи. Отбор и спортивные способности. Одаренность спортсменов. Этапы и критерии спортивного отбора. Основные показатели (критерии) отбора. Перспективы спортивной деятельности. Факторы, подлежащих учету в исходной проверке способностей спортсменов различных видов спорта. Оценка перспектив спортсменов на этапах спортивного совершенствования. Критерии, определяющие способность спортсменов реализовать свои достиженческие возможности.

Раздел 3. Основы построения многолетней спортивной подготовки (2 ч.)

Тема 7. Структура многолетней спортивной тренировки (2 ч.)

Этапы многолетнего тренировочного процесса и факторы, определяющие его структуру. Организация тренировочной работы на различных этапах многолетней подготовки. Основы рационального построения спортивной тренировки и эффективного распределения средств на разных этапах подготовки в зависимости от поставленных задач. Основные методические положения оптимизации тренировки в процессе многолетнего совершенствования.

Факторы, определяющие структуру годичного цикла. Задачи, средства и методы тренировки на общеподготовительном (базовом), специально-подготовительном и предсоревновательном этапах подготовительного периода. Задачи, средства и методы тренировки в соревновательном периоде. Характеристика этапа развития спортивной формы, этапа непосредственной подготовки к главному этапу. Задачи, средства и методы тренировки переходного периода.

5.3. Содержание дисциплины: Практические

Модуль 1. Теоретико-методические аспекты управления тренировочным процессом (2 ч.)

Тема 1. Нормативные показатели комплексного контроля (2 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Комплексный контроль тренировочной и соревновательной деятельности.
2. Виды контроля: оперативный, текущий и этапный.
3. Методы и нормативные показатели педагогического контроля.
4. Методы и нормативные показатели комплексного медико-биологического и биомеханического контроля.

Модуль 2. Спортивная ориентация и отбор в многолетней подготовке (2 ч.)

Тема 2. Основы спортивной тренировки (2 ч.)

План:

1. Понятие о спортивной тренировке.
2. Основные стороны спортивной тренировки.
3. Средства спортивной тренировки и их классификация.
4. Закономерности спортивной тренировки.
5. Планирование тренировочного процесса.
6. Структура годичного цикла, периоды, этапы.
7. Основные задачи по этапам подготовки.
8. Распределение объемов основных средств тренировки по неделям.

Раздел 3. Основы построения многолетней спортивной подготовки (2 ч.)

Тема 3. Структура построения многолетней спортивной подготовки (2 ч.)

1. Структура годичного тренировочного макроцикла, ее взаимосвязь с закономерностями фазового развития спортивной формы.
2. Структура годичного тренировочного макроцикла, ее взаимосвязь с закономерностями фазового развития спортивной формы.

3. Основы рационального построения спортивной тренировки на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки к главным соревнованиям года.

Раздел 4. Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность (4 ч.)

Тема 4. Структура общей и индивидуальной системы соревнований. Моделирование соревновательной деятельности (4 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Современные подходы к классификации соревнований.
2. Формы структуры соревновательных стартов.
3. Индивидуальная система соревнований, их аспекты. Особенности индивидуальной системы соревнований.
4. Календарный план и положение о соревнованиях.
5. Модели соревновательной деятельности в разных группах видов спорта, их содержание.

7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Двенадцатый триместр (60 ч.)

Модуль 1. Теоретико-методические аспекты управления тренировочным процессом (30 ч.)

Вид СРС: Выполнение проектов и заданий поисково-исследовательского характера

1. Составьте библиографический список по теме: «Правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

2. Составьте библиографический список по теме: «Материально-техническое обеспечение занятий в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

3. Составьте библиографический список по теме: «Система обеспечения безопасности и профилактики травматизма на тренировочных занятиях и спортивных соревнованиях в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

4. Составьте библиографический список на тему: «Актуальные направления научных исследований в избранном виде спорта за последние пять лет (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)».

5. Составьте библиографический список по теме: «Общероссийские допинговые правила», на основе которого подготовьте реферат.

6. Составьте библиографический список по теме: «Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним», на основе которого подготовьте реферат.

7. Составьте библиографический список по теме: «Особенности комплексного врачебного контроля в спортивных школах», на основе которого подготовьте реферат.

8. Составьте библиографический список по теме: «Методы самооценки специальной физической и спортивной подготовленности по избранному виду спорта», на основе которого подготовьте реферат.

9. Составьте библиографический список по теме: «Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития.

Вид СРС: Подготовка к практическим / лабораторным занятиям

Вопросы и задания

1. Раскройте организацию управления подготовкой спортивных резервов.

2. Дайте характеристику организационной структуре управления подготовкой юных спортсменов.

3. Раскройте программно-методическое обеспечение подготовки юных резервов.

4. Охарактеризуйте основные положения системы управления подготовкой юных спортсменов.

5. Дайте характеристику управлению тренировочным процессом подготовки спортсменов.

6. Раскройте технологию планирования в спорте.

7. Охарактеризуйте документы перспективного, текущего и оперативного планирования тренировочного процесса в избранном виде спорта.

Модуль 2 Спортивная ориентация и отбор в многолетней подготовке (30 ч.)

Вид СРС: Компетентностно-ориентированные задания

1. На основании программно-методических документов ДЮСШ и СДЮШОР разделите контингент занимающихся по группам с учетом уровня их подготовленности, возраста и стажа тренировки.

2. Подберите комплекс контрольных испытаний на втором этапе отбора (предварительном) для набора в учебно-тренировочные группы ДЮСШ и СДЮШОР по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-

координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье) в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

3. Подберите комплекс контрольных испытаний на третьем этапе отбора (промежуточном) для набора в группы спортивного совершенствования СДЮШОР или училище олимпийского резерва (УОР) по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье) в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

4. Изучите научно-методическую и специальную литературу и представьте в виде краткого конспекта антропометрические данные (признаки) и особенности психики (психические особенности, тип нервной деятельности, склонности и особенности характера, мотивация, волевые качества и т. д.), важные для отбора к занятиям по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье).

5. Изучите содержание федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта на сайте <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/27833/>, на основе которого опишите структуру и требования к объему тренировочного процесса спортивной подготовки по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье).

6. Составьте библиографический список по теме: «Спортивный результат как интегральный показатель состояния готовности», на основе которого подготовьте реферат.

7. Составьте библиографический список по теме: «Особенности построения соревновательного периода подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

8. Составьте библиографический список по теме: «Содержание и организация тренировочного процесса юных спортсменов на различных этапах подготовительного периода подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

9. Составьте библиографический список по теме: «Методика индивидуального подхода и применение средств для направленного развития отдельных физических качеств в избранном виде спорта» (циклические виды

спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

10. Составьте библиографический список по теме: «Актуальные вопросы физической подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

11. Составьте библиографический список по теме: «Актуальные вопросы технической подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

12. Составьте библиографический список по теме: «Актуальные вопросы психологической подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

Вид СРС: Выполнение проектов и заданий поисково-исследовательского характера

1. Составьте библиографический список по теме: «Воспитание социально-личностных качеств спортивного характера спортсменов», на основе которого подготовьте реферат.

2. Составьте библиографический список по теме: «Особенности формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях избранным видом спорта», на основе которого подготовьте реферат.

3. Составьте библиографический список по теме: «Методики оценки личностных характеристик занимающихся с учетом индивидуальных особенностей», на основе которого подготовьте реферат.

*Вид СРС: Подготовка к практическим / лабораторным занятиям
Вопросы и задания*

1. Дайте характеристику планированию отбора.
2. Раскройте классификацию форм спортивного отбора и ориентации.
3. Охарактеризуйте этапы и критерии спортивного отбора. Назовите основные показатели (критерии) спортивного отбора. Приведите средства и методы для отбора детей к занятиям избранным видом спорта.
4. Перечислите средства и методы отбора.
5. Дайте определение терминам «спортивный отбор», «спортивная ориентация», «спортивные способности».

6. Перечислите названия групп одаренных спортсменов.
7. Дайте характеристику понятию спортивная тренировка. Назовите цель и задачи спортивной тренировки.
8. Раскройте задачи физической подготовки в избранном виде спорта. Охарактеризуйте содержание программы по ОФП и СФП по этапам подготовки. Приведите примеры упражнений ОФП и СФП в избранном виде спорта.
9. Раскройте задачи технической подготовки в избранном виде спорта. Охарактеризуйте содержание программы по технической подготовке по этапам подготовки. Перечислите средства технической подготовки в избранном виде спорта.
10. Раскройте задачи тактической подготовки в избранном виде спорта. Охарактеризуйте содержание программы по тактической подготовке по этапам подготовки. Перечислите средства тактической подготовки в избранном виде спорта.
11. Раскройте задачи психологической подготовки в избранном виде спорта. Перечислите и охарактеризуйте средства и методы психологической подготовки в избранном виде спорта.
12. Раскройте задачи теоретической подготовки в избранном виде спорта. Охарактеризуйте содержание программы по теоретической подготовке по этапам подготовки. Перечислите средства теоретической подготовки в избранном виде спорта.
13. Дайте характеристику методам спортивной тренировки.
14. Дайте определение термину «педагогический тест». Раскройте назначение и содержание педагогических тестов.
15. Перечислите педагогические тесты для оценки уровня общей и специальной физической подготовленности в избранном виде спорта.
16. Перечислите педагогические тесты для оценки уровня технической подготовленности в избранном виде спорта.
17. Дайте характеристику системе комплексного контроля в управлении подготовкой спортсменов.
18. Раскройте задачи, средства и методы тренировки подготовительного, соревновательного и переходного периодов годичного цикла подготовки в избранном виде спорта.
19. Раскройте структуру тренировочных нагрузок.
20. Дайте характеристику особенностям планирования тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле.

Четырнадцатый триместр (55 ч.)

Раздел 3. Основы построения многолетней спортивной подготовки (28 ч.)

Вид СРС: Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

1. Составьте комплекс упражнений для развития силовых способностей.
2. Составьте комплекс упражнений для развития специальной выносливости.
3. Составьте комплекс упражнений для развития гибкости.

4. Составьте комплекс упражнений для развития скоростно-силовых качеств.

5. Составьте комплекс упражнений для развития координационных способностей.

6. Составьте комплекс упражнений для развития общей выносливости.

7. Составьте комплекс упражнений для развития быстроты перемещений.

8. Разработайте план-конспект вводной части занятия по избранному виду спорта.

9. Разработайте план-конспект занятия на основе использования в основной части занятия кругового метода тренировки с 2-мя задачами (1 задача – на совершенствование техники избранного вида спорта; 2 задача – развитие физических качеств в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье) (студент самостоятельно формулирует задачи).

10. Разработайте примерный план тренировочных нагрузок на недельный микроцикл в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье) в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

11. Постройте по порядку мезоциклы на общеподготовительном этапе в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье). Распределите объем СФП и ОФП в базовом специально-подготовительном мезоцикле.

12. Разработайте примерный план тренировочных нагрузок на мезоцикл в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье) в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

13. Разработайте план-конспект занятия с 2-мя задачами (1 задача – на совершенствование техники избранного вида спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье) (студент самостоятельно формулирует задачу); 2 задача – развитие физических качеств в избранном виде спорта на основе использования кругового метода тренировки):

а) повышение уровня общей физической подготовленности спортсменов в избранном виде спорта.

б) повышение уровня специальной физической подготовленности

спортсменов в избранном виде спорта.

в) развития скоростно-силовых способностей спортсменов в избранном виде спорта.

г) развитие силы мышц плечевого пояса спортсменов в избранном виде спорта.

д) развитие скоростных качеств спортсменов в избранном виде спорта.

14. Составьте расписание тренировочных занятий по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье).

Вид СРС: *Подготовка к контрольной работе*

Вопросы и задания

1. Дайте характеристику этапам многолетнего тренировочного процесса и назовите факторы, определяющие его структуру.

2. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе предварительной или начальной подготовки. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе предварительной или начальной подготовки.

3. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе начальной специализации. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе начальной специализации.

4. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе углубленной специализации или подготовки к высшим достижениям. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе углубленной специализации или подготовки к высшим достижениям.

5. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе спортивного совершенствования или максимальной реализации индивидуальных возможностей. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе спортивного совершенствования или максимальной реализации индивидуальных возможностей.

6. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе сохранения достижений. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе сохранения достижений.

7. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе переходного-кондиционного или ухода из спорта высших достижений. Задачи, средства и общий объем нагрузки, используемые на этапе переходного-кондиционного или ухода из спорта высших достижений.

8. Дайте характеристику основным методическим положениям оптимизации тренировки в процессе многолетнего совершенствования.

9. Раскройте задачи, средства и методы тренировки на общеподготовительном (базовом), специально-подготовительном и предсоревновательном этапах подготовительного периода.

10. Раскройте задачи, средства и методы тренировки в соревновательном периоде.

11. Раскройте задачи, средства и методы тренировки переходного периода.

Раздел 4. Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность (27 ч.)

Вид СРС: Подготовка к практическим / лабораторным занятиям

Вопросы и задания

1. Составьте соревновательную модель в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры).

2. Составьте положение о соревновании в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье).

3. Составьте заявку на участие в соревнованиях в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье).

4. Составьте библиографический список по теме «Обеспечение безопасности и медицинского сопровождения соревнований по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье), на основе которого подготовьте реферат.

5. Составьте библиографический список по теме «Правила соревнований по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

Вид СРС: Подготовка к контрольной работе

1. Дайте характеристику соревнованиям как основе существования спорта. Раскройте общие положения.

2. Проанализируйте сущность соревновательной деятельности и особенности ее реализации в сфере спорта.

3. Раскройте специфические особенности спортивных соревнований.

4. Дайте характеристику общей и индивидуальной системе спортивных состязаний как фактору управления тренировочным процессом.

5. Раскройте понятия «спортивное соревнование» и «спортивное состязание».

6. Раскройте факторы, влияющие на состязательную нацеленность.

7. Раскройте классификацию соревнований. Уровни соревнований при подготовке к главным стартам сезона. Современные подходы к классификации соревновательной деятельности.

8. Проанализируйте календарный план спортивных соревнований и индивидуализацию системы соревнований.

9. Проанализируйте основные разделы «Положение о соревнованиях».

10. Проанализируйте особенности системы соревнований в связи с профессионализацией спорта.

11. Раскройте общие требования к правилам соревнований, системе спортивных соревнований (календарю).

12. Проанализируйте особенности содержания системы соревнований в зависимости от этапа многолетней подготовки.

13. Дайте характеристику способам проведения соревнований в подавляющем большинстве видов спорта.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОК-4 ОПК-13 ПК-1 ПК-13	4 курс, Двенадцатый триместр	Зачет	Модуль 1: Теоретико-методические аспекты управления тренировочным процессом.
ОПК-4 ОПК-12 ПК-2	4 курс, Двенадцатый триместр	Зачет	Модуль 2: Спортивная ориентация и отбор в многолетней подготовке.
ОПК-2 ПК-3 ПК-32	4 курс, Четырнадцатый триместр	Экзамен	Модуль 3: Основы построения многолетней спортивной подготовки.
ПК-8 ПК-11	4 курс, Четырнадцатый триместр	Экзамен	Модуль 4: Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций: Компетенция ОК-4 формируется в процессе изучения дисциплин:

Безопасность жизнедеятельности, Педагогика, Правоведение, Правовые основы профессиональной деятельности, Профессионально-личностное саморазвитие тренера, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта, Эксплуатация и управление спортивными объектами.

Компетенция ОПК-12 формируется в процессе изучения дисциплин:

Безопасность жизнедеятельности, Валеологические аспекты питания, Деятельность семейного тренера, Естественно-научная картина мира, Олимпийское образование детей и молодежи, Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере, Основы возрастной кинезиологии, Особенности подготовки спортивного волонтера, Педагогическое мастерство детского тренера, Психология физической культуры и спорта, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта, Физическая культура и спорт.

Компетенция ОПК-13 формируется в процессе изучения дисциплин:

Безопасность жизнедеятельности, Проектирование профессиональной карьеры тренера, Теория и методика физической культуры и спорта, Технические средства обучения, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

Компетенция ОПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин:

Выпускная квалификационная работа, Государственный экзамен, Легкая атлетика в образовательных учреждениях различного типа, Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальной медицинской группы, Педагогика физической культуры и спорта, Теория и методика обучения базовым видам спорта, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

Компетенция ОПК-4 формируется в процессе изучения дисциплин:

Олимпийское образование детей и молодежи, Организация воспитательной работы в детско-юношеской спортивной школе, Основы возрастной кинезиологии, Основы психодиагностики личности и группы, Основы психологической безопасности субъектов образования, Педагогика физической культуры и спорта, Психология, Психология общения, Психология физической культуры и спорта, Система подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

Компетенция ПК-1 формируется в процессе изучения дисциплин:

Влияние биологических ритмов на физическую работоспособность спортсмена, Основы медицинских знаний, Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте, Педагогика физической культуры и спорта, Технологии организации массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

Компетенция ПК-11 формируется в процессе изучения дисциплин:

Комплексный медико-биологический контроль в спорте, Основы подготовки инструкторов детско-юношеского туризма, Педагогика, Правовые основы профессиональной деятельности, Профессиональная компетентность инструктора по физической культуре для работы в оздоровительных центрах, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта, Формирование спортивного мастерства в учреждениях дополнительного образования.

Компетенция ПК-13 формируется в процессе изучения дисциплин:

Допинг-контроль в спорте, Комплексный медико-биологический контроль в спорте, Педагогика, Педагогика физической культуры и спорта, Педагогическое мастерство детского тренера, Система подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта, Современные технологии оценки здоровья

и функциональных показателей организма, Спортивная антропология, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта, Фармакология в спорте, Физиология спорта.

Компетенция ПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин:

Методика освоения тактических приемов борьбы, Методика освоения технико-тактических действий в боксе, Педагогическое мастерство детского тренера, Программно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности, Тренажерные технологии в спорте, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

Компетенция ПК-3 формируется в процессе изучения дисциплин:

Легкая атлетика в образовательных учреждениях различного типа, Олимпийское образование детей и молодежи, Педагогика физической культуры и спорта, Программно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительной деятельности, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

Компетенция ПК-8 формируется в процессе изучения дисциплин:

Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, История избранного вида спорта, История физической культуры и спорта, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Организация работы спортивного судьи по биатлону, Психология, Психология физической культуры и спорта, Спортивная медицина, Теория и методика избранного вида спорта, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта.

Компетенция ПК-32 формируется в процессе изучения дисциплин:

Деятельность семейного тренера, Основы возрастной кинезиологии, Профессиональная компетентность инструктора по физической культуре для работы в оздоровительных центрах, Психическая саморегуляция в спорте, Психологическое обеспечение подготовки спортсменов, Психология, Психология физической культуры и спорта, Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта, Формирование готовности населения к действиям в экстремальных ситуациях.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины "Управление спортивной подготовкой в ИВС"; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками решения практических задач.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины "Управление спортивной подготовкой в ИВС"; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание дисциплины "Управление спортивной подготовкой в ИВС" ; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

Уровень ниже порогового:

имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала дисциплины" Управление спортивной подготовкой в ИВС", студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Зачет	
Повышенный	зачтено	90 - 100%
Базовый	зачтено	76 - 89%
Пороговый	зачтено	60 - 75%
Ниже порогового	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент отлично знает нормативно-правовые основы ИВС, теорию и методику спортивной тренировки в ИВС, актуальные диагностические технологии, необходимую программно-методическую документацию; умеет использовать положения нормативно-правовых актов, решать стандартные задачи с применением информационно-коммуникационных технологий, проводить занятия по ИВС, формировать социально-личностные качества, использовать методы педагогического контроля, разрабатывать документы планирования, проводить отбор и ориентацию, использовать приемы общения; владеет навыками применения нормативно-правовых знаний, информационно-коммуникационных технологий, проведения занятий по ИВС, воспитания социально-личностных качеств, разработки документов планирования, использования технологий управления, включая педагогический контроль и коррекцию, приемами общения в своей профессиональной деятельности.
Незачтено	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.
Отлично	Студент знает об особенностях управления тренировочным процессом; основы спортивной ориентации и отбора; методику проведения занятий; основы спортивной подготовки; основы техники движений в избранном виде спорта; методику организации и проведения спортивных соревнований и физкультурно-массовых мероприятий; демонстрирует умение о использовать особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации; разрабатывать планы и программы занятий, положения о соревновании; подбирать адекватные средства и методы тренировки; планировать и проводить соревнования, спортивно-массовые мероприятия; демонстрировать технику избранного вида спорта; владеет методами спортивного отбора и спортивной ориентации, навыками планирования и проведения занятий, организации и проведения соревнований; навыками практического выполнения соревновательного упражнения
Хорошо	Студент демонстрирует знание особенностей управления тренировочным процессом; основы

	спортивной ориентации и отбора; методику проведения занятий; основы спортивной подготовки; основы техники движений в избранном виде спорта; методику организации и проведения спортивных соревнований и физкультурно-массовых мероприятий; умеет о использовать особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации; разрабатывать планы и программы занятий, положения о соревновании; подбирать адекватные средства и методы тренировки; планировать и проводить соревнования, спортивно-массовые мероприятия; демонстрировать технику избранного вида спорта; владеет методами спортивного отбора и спортивной ориентации, навыками планирования и проведения занятий, организации и проведения соревнований; навыками практического выполнения соревновательного упражнения, однако допускаются ошибки.
Удовлетворительно	Студент имеет представления об особенностях управления тренировочным процессом; основах спортивной ориентации и отбора; методике проведения занятий; основах спортивной подготовки; основах техники движений в избранном виде спорта; методике организации и проведения спортивных соревнований и физкультурно-массовых мероприятий; слабо владеет методами спортивного отбора и спортивной ориентации, навыками планирования и проведения занятий, организации и проведения соревнований; навыками практического выполнения соревновательного упражнения. Допускается ошибки в содержании ответа, при этом ответ отличается недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы.
Неудовлетворительно	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Теоретико-методические аспекты управления тренировочным процессом

ОК-4 способностью использовать основы правовых знаний в различных сферах жизнедеятельности

1. Составьте библиографический список по теме: «Правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта», на основе которого подготовьте реферат (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье).

2. Составьте библиографический список по теме: «Общероссийские допинговые правила», на основе которого подготовьте реферат.

3. Составьте библиографический список по теме: «Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним», на основе которого подготовьте реферат.

ОПК-13 способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культур с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом требований информационной безопасности

1. Назовите способы поиска и обработки актуальной информации по избранному виду спорта.

2. Перечислите методы систематизации информации.

3. Раскройте особенности информационной и библиографической культуры.

4. Назовите требования информационной безопасности.

5. Составьте библиографический список на тему: «Актуальные направления научных исследований в избранном виде спорта за последние пять лет

(циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)»).

ПК-1 способностью использовать основные положения и принципы педагогики, методы педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальные диагностические технологии

1. Дайте определение термину «педагогический тест». Раскройте назначение и содержание педагогических тестов.

2. Перечислите педагогические тесты для оценки уровня общей и специальной физической подготовленности в избранном виде спорта.

3. Перечислите педагогические тесты для оценки уровня технической подготовленности в избранном виде спорта.

4. Дайте характеристику системе комплексного контроля в управлении подготовкой спортсменов.

5. Охарактеризуйте методологические основы комплексного контроля в спортивных школах.

6. Раскройте нормативные показатели педагогического контроля.

7. Раскройте особенности комплексного контроля в спортивных школах.

ПК-13 способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию

1. Раскройте организацию управления подготовкой спортивных резервов.

2. Дайте характеристику организационной структуре управления подготовкой юных спортсменов.

3. Раскройте программно-методическое обеспечение подготовки юных резервов.

4. Охарактеризуйте основные положения системы управления подготовкой юных спортсменов.

5. Дайте характеристику управлению тренировочным процессом подготовки спортсменов.

6. Раскройте технологию планирования в спорте.

7. Охарактеризуйте документы перспективного, текущего и оперативного планирования тренировочного процесса в избранном виде спорта.

8. Дайте определение термину «педагогический тест».

9. Раскройте назначение и содержание педагогических тестов.

10. Раскройте цели и задачи контроля. тренировочного процесса в избранном виде спорта.

11. Перечислите виды и методы педагогического контроля и учета его результатов.

12. Дайте характеристику оперативному, текущему и этапному контролям.

Модуль 2 Спортивная ориентация и отбор в многолетней подготовке

ПК-2 способностью осуществлять образовательный процесс на основе положений теории физической культуры

1. На основании программно-методических документов ДЮСШ и СДЮШОР разделите контингент занимающихся по группам с учетом уровня их подготовленности, возраста и стажа тренировки.

2. Дайте характеристику планированию отбора.

3. Раскройте классификацию форм спортивного отбора и ориентации.

4. Охарактеризуйте этапы и критерии спортивного отбора. Назовите основные показатели (критерии) спортивного отбора. Приведите средства и методы для отбора детей к занятиям избранным видом спорта.

5. Перечислите средства и методы отбора.

6. Дайте определение терминам «спортивный отбор», «спортивная ориентация», «спортивные способности».

7. Перечислите названия групп одаренных спортсменов.

8. Подберите комплекс контрольных испытаний на втором этапе отбора (предварительном) для набора в учебно-тренировочные группы ДЮСШ и СДЮШОР по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье) в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

9. Подберите комплекс контрольных испытаний на третьем этапе отбора (промежуточном) для набора в группы спортивного совершенствования СДЮШОР или училище олимпийского резерва (УОР) по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье) в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

10. Изучите научно-методическую и специальную литературу и представьте в виде краткого конспекта антропометрические данные (признаки) и особенности психики (психические особенности, тип нервной деятельности, склонности и особенности характера, мотивация, волевые качества и т. д.), важные для отбора к занятиям по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье).

11. Изучите содержание федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта на сайте <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/27833/>, на основе которого опишите структуру и требования к объему тренировочного процесса спортивной подготовки

по избранному виду спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье).

12. Составьте библиографический список по теме: «Спортивный результат как интегральный показатель состояния готовности», на основе которого подготовьте реферат.

13. Составьте библиографический список по теме: «Особенности построения соревновательного периода подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

14. Составьте библиографический список по теме: «Содержание и организация тренировочного процесса юных спортсменов на различных этапах подготовительного периода подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

15. Составьте библиографический список по теме: «Методика индивидуального подхода и применение средств для направленного развития отдельных физических качеств в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

16. Составьте библиографический список по теме: «Актуальные вопросы физической подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

17. Составьте библиографический список по теме: «Актуальные вопросы технической подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

18. Составьте библиографический список по теме: «Актуальные вопросы психологической подготовки в избранном виде спорта» (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

ОПК-4 способностью воспитывать у учеников социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность, толерантность

1. Составьте библиографический список по теме: «Воспитание социально-личностных качеств спортивного характера спортсменов», на основе которого подготовьте реферат.

2. Составьте библиографический список по теме: «Методики оценки личностных характеристик занимающихся с учетом индивидуальных особенностей», на основе которого подготовьте реферат.

ОПК-12 способностью использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой

1. Составьте библиографический список по теме: «Особенности формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях избранным видом спорта», на основе которого подготовьте реферат.

2. Составьте библиографический список по теме: «Особенности личности обучающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения», на основе которого подготовьте реферат.

Модуль 3. Основы построения многолетней спортивной подготовки

ОПК-2 способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов

ПК-32 способен использовать приемы общения при работе с коллективом обучающихся и каждым индивидуумом

1. Составьте комплекс упражнений для развития силовых способностей.

2. Составьте комплекс упражнений для развития специальной выносливости.

3. Составьте комплекс упражнений для развития гибкости.

4. Составьте комплекс упражнений для развития скоростно-силовых качеств.

5. Составьте комплекс упражнений для развития координационных способностей.

6. Составьте комплекс упражнений для развития общей выносливости.

7. Составьте комплекс упражнений для развития быстроты перемещений.

ПК-3 способностью разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий.

1. Разработайте план-конспект занятия по избранному виду спорта с 2-мя задачами (1 задача – на совершенствование техники избранного вида спорта; 2 задача – развитие физических качеств в избранном виде спорта).

2. Разработайте план-конспект занятия по избранному виду спорта на основе использования в основной части занятия кругового метода тренировки с 2-мя задачами (1 задача – на совершенствование техники избранного вида спорта; 2 задача – развитие физических качеств в избранном виде спорта).

3. Разработайте план-конспект вводной части занятия по избранному виду спорта.

4. Раскройте последовательность обучения двигательным действиям по этапам. Составьте фрагмент конспекта тренировочного занятия, в котором решается задача – «обучить технике» (технический прием выберите самостоятельно в зависимости от специализации).

Модуль 4. Система спортивных соревнований и соревновательная деятельность

ПК-11 способностью разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта

1. Разработайте примерный план тренировочных нагрузок на недельный микроцикл в избранном виде спорта на основе требований федеральных стандартов по видам спорта.

2. Разработайте примерный план тренировочных нагрузок на мезоцикл в избранном виде спорта на основе требований федеральных стандартов по видам спорта.

3. Разработайте примерный годичный план спортивной подготовки в избранном виде спорта на основе требований федеральных стандартов по видам спорта.

Постройте по порядку мезоциклы на общеподготовительном этапе в избранном виде спорта. Распределите объем СФП и ОФП в базовом специально-подготовительном мезоцикле. Раскройте значение перспективного и оперативного планирования тренировочного процесса в избранном виде спорта.

ПК-8 способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта

1. Составьте библиографический список по теме: «Материально-техническое обеспечение занятий в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

2. Составьте библиографический список по теме: «Система обеспечения безопасности и профилактики травматизма на тренировочных занятиях и

спортивных соревнованиях в избранном виде спорта (циклические виды спорта, связанные с преимущественным проявлением выносливости, циклические спринтерские виды спорта, скоростно-силовые виды спорта, тяжелая атлетика, сложно-координационные виды спорта, единоборства, спортивные игры, многоборье)», на основе которого подготовьте реферат.

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Двенадцатый триместр (Зачет, ОК-4, ОПК-4; ОПК-12; ОПК-13, ПК-1, ПК-2; ПК-13)

1. Раскройте организацию управления подготовкой спортивных резервов.
2. Дайте характеристику организационной структуре управления подготовкой юных спортсменов.
3. Раскройте программно-методическое обеспечение подготовки юных резервов.
4. Охарактеризуйте основные положения системы управления подготовкой юных спортсменов.
5. Дайте характеристику управлению тренировочным процессом подготовки спортсменов.
6. Раскройте технологию планирования в спорте.
7. Охарактеризуйте документы перспективного, текущего и оперативного планирования тренировочного процесса в избранном виде спорта.
8. Дайте характеристику планированию отбора.
9. Раскройте классификацию форм спортивного отбора и ориентации.
10. Охарактеризуйте этапы и критерии спортивного отбора. Назовите основные показатели (критерии) спортивного отбора. Приведите средства и методы для отбора детей к занятиям избранным видом спорта.
11. Перечислите средства и методы отбора.
12. Дайте определение терминам «спортивный отбор», «спортивная ориентация», «спортивные способности».
13. Перечислите названия групп одаренных спортсменов.
14. Дайте характеристику понятию спортивная тренировка. Назовите цель и задачи спортивной тренировки.
15. Раскройте задачи общей физической подготовки (ОФП) в избранном виде спорта. Охарактеризуйте содержание программы по ОФП по этапам подготовки. Приведите примеры упражнений ОФП в избранном виде спорта.
16. Раскройте задачи специальной физической подготовки (СФП) в избранном виде спорта. Охарактеризуйте содержание программы по СФП по этапам подготовки. Приведите примеры упражнений СФП в избранном виде спорта.
17. Раскройте задачи технической подготовки в избранном виде спорта. Охарактеризуйте содержание программы по технической подготовке по этапам подготовки. Перечислите средства технической подготовки в избранном виде спорта.
18. Раскройте задачи тактической подготовки в избранном виде спорта. Охарактеризуйте содержание программы по тактической подготовке по этапам подготовки. Перечислите средства тактической подготовки в избранном виде спорта.

спорта.

19. Раскройте задачи психологической подготовки в избранном виде спорта. Перечислите и кратко охарактеризуйте средства и методы психологической подготовки в избранном виде спорта.

20. Раскройте задачи теоретической подготовки в избранном виде спорта. Охарактеризуйте содержание программы по теоретической подготовке по этапам подготовки. Перечислите средства теоретической подготовки в избранном виде спорта.

21. Дайте характеристику равномерному методу спортивной тренировки.

22. Дайте характеристику переменному методу спортивной тренировки.

23. Дайте характеристику повторному методу спортивной тренировки.

24. Дайте характеристику интегральному методу спортивной тренировки.

25. Дайте характеристику контрольному методу спортивной тренировки.

26. Дайте характеристику соревновательному методу спортивной тренировки.

27. Дайте характеристику методу игровому методу спортивной тренировки.

28. Дайте характеристику круговому методу спортивной тренировки.

29. Раскройте классификацию средств спортивной тренировки.

30. Дайте характеристику основным принципам спортивной тренировки.

31. Раскройте задачи, средства и методы тренировки подготовительного периода годичного цикла подготовки в избранном виде спорта.

32. Раскройте задачи, средства и методы тренировки соревновательного периода годичного цикла подготовки в избранном виде спорта.

33. Раскройте задачи, средства и методы тренировки переходного периода годичного цикла подготовки в избранном виде спорта.

34. Проанализируйте систему тренировочных и соревновательных нагрузок спортсменов в избранном виде спорта.

35. Дайте характеристику общим подходам к нормированию нагрузок юных спортсменов.

36. Раскройте параметры общего объема тренировочных и соревновательных нагрузок.

37. Раскройте структуру тренировочных нагрузок.

38. Дайте характеристику особенностям планирования тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле.

39. Дайте определение термину «педагогический тест». Раскройте назначение и содержание педагогических тестов.

40. Перечислите педагогические тесты для оценки уровня общей и специальной физической подготовленности в избранном виде спорта.

41. Перечислите педагогические тесты для оценки уровня технической подготовленности в избранном виде спорта.

42. Дайте характеристику системе комплексного контроля в управлении подготовкой спортсменов.

43. Охарактеризуйте методологические основы комплексного контроля в спортивных школах.

44. Раскройте нормативные показатели педагогического контроля.

45. Раскройте особенности комплексного контроля в спортивных школах.

Четырнадцатый триместр (Экзамен, ОПК-2; ПК-3; ПК-32; ПК-8; ПК-11)

1. Раскройте понятие о технологии управления тренировочным процессом.

2. Раскройте особенности постановки цели и прогнозирования в спорте.

Перечислите направления прогнозирования в спорте.

3. Раскройте классификацию схем и методов прогнозирования.

4. Раскройте понятия «модель» и «моделирование». Дайте характеристику основным категориям моделей, используемых при организации тренировочного процесса.

5. Дайте характеристику планированию и программированию компонентов спортивной тренировки. Расскажите про перспективное, годичное, текущее и оперативное планирование.

6. Раскройте программно-методическое обеспечение подготовки юных резервов.

7. Дайте характеристику системе комплексного контроля в управлении подготовкой спортсменов.

8. Раскройте особенности медико-биологического и биомеханического контроля.

9. Раскройте особенности педагогического контроля.

10. Охарактеризуйте показатели, которые должны регистрироваться при организации контроля в спортивной тренировке.

11. Перечислите измерения для оценки уровня подготовленности спортсмена.

12. Охарактеризуйте требования, предъявляемые к организации контроля за тренирующими и соревновательными воздействиями.

13. Дайте определение термину «педагогический тест». Раскройте назначение и содержание педагогических тестов.

14. Перечислите педагогические тесты для оценки уровня общей и специальной физической подготовленности в избранном виде спорта.

15. Перечислите педагогические тесты для оценки уровня технической подготовленности в избранном виде спорта.

16. Дайте характеристику оперативному, текущему и этапному контролям.

17. Раскройте особенности корректировки и принятия решений в процессе управления тренировочным процессом.

18. Раскройте смысловое содержание понятий «спортивный отбор», «спортивная ориентация» и «спортивная селекция».

19. Охарактеризуйте задачи и укажите основные направления различных этапов отбора спортивного резерва.

20. Раскройте суть общего методологического подхода к решению проблемы отбора и диагностики спортивных способностей.

21. Назовите основные показатели (критерии) отбора и ориентации спортсменов.

22. Перечислите основные категории факторов, подлежащих учету в исходной проверке способностей спортсменов различных видов спорта, дайте им характеристику.

23. Дайте характеристику критериям, определяющим способность спортсменов реализовать свои достиженческие возможности.

24. Дайте характеристику этапам многолетнего тренировочного процесса и назовите факторы, определяющие его структуру.

25. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе предварительной или начальной подготовки. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе предварительной или начальной подготовки.

26. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе начальной специализации. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе начальной специализации.

27. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе углубленной специализации или подготовки к высшим достижениям. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе углубленной специализации или подготовки к высшим достижениям.

28. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе спортивного совершенствования или максимальной реализации индивидуальных возможностей. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе спортивного совершенствования или максимальной реализации индивидуальных возможностей.

29. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе сохранения достижений. Задачи, средства и основные методы, используемые на этапе сохранения достижений.

30. Раскройте особенности организации тренировочной работы на этапе переходно-кондиционном или ухода из спорта высших достижений. Задачи, средства и общий объем нагрузки, используемые на этапе переходно-кондиционном или ухода из спорта высших достижений.

31. Дайте характеристику основным методическим положениям оптимизации тренировки в процессе многолетнего совершенствования.

32. Раскройте задачи, средства и методы тренировки на общеподготовительном (базовом), специально-подготовительном и предсоревновательном этапах подготовительного периода.

33. Раскройте задачи, средства и методы тренировки в соревновательном периоде.

34. Раскройте задачи, средства и методы тренировки переходного периода.

35. Дайте характеристику этапу развития спортивной формы, этапу непосредственной подготовки к главному этапу.

36. Раскройте принципиальные положения «классической» модели построения тренировочных макроциклов.

37. Раскройте основные модели блоковой периодизации. Назовите положения концепции блоковой периодизации. перечислите последовательность мезоциклов в пределах тренировочного этапа, длительность и распределение средств подготовки в блоках.

38. Раскройте технологию применения различных моделей тренировочных циклов. Охарактеризуйте особенности построения модели тренировочного макроцикла в игровых, скоростно-силовых и циклических видах спорта.

39. Раскройте особенности построения мезоциклов, их структура и продолжительность. Назовите факторы, влияющие на структуру мезоциклов.

40. Раскройте особенности построения различных типов мезоциклов. Перечислите задачи и средства втягивающих, базовых, контрольно-подготовительных, предсоревновательных (подводящих), соревновательных и восстановительных мезоциклов.

41. Раскройте особенности сочетания различных микроциклов в мезоцикле.

42. Дайте определение и раскройте классификацию микроциклов тренировки, их структуру и продолжительность. Назовите факторы, влияющие на структуру микроциклов тренировки.

43. Раскройте особенности построения различных типов микроциклов: втягивающих, базовых, контрольно-подготовительных, подводящих, соревновательных и восстановительных мезоциклов.

44. Раскройте особенности сочетания занятий с различными нагрузками в микроцикле.

45. Раскройте основы рационального построения спортивной тренировки на этапе непосредственной предсоревновательной подготовки к главным соревнованиям года. Назовите этапы предсоревновательной подготовки, их продолжительность.

46. Дайте характеристику различным стратегиям подготовки спортсменов к соревнованиям.

47. Дайте характеристику стратегии острой адаптации.

48. Дайте характеристику стратегии долговременной адаптации.

49. Дайте характеристику стратегии раздельной адаптации.

50. Дайте характеристику стратегии повторной адаптации.

51. Дайте характеристику стратегии комплексной адаптации.

52. Раскройте особенности утомления и восстановления организма спортсменов при мышечной деятельности.

53. Раскройте особенности акклиматизации и реакклиматизации организма на тренировочные и соревновательные нагрузки.

54. Дайте характеристику соревнованиям как основе существования спорта. Раскройте общие положения.

55. Проанализируйте сущность соревновательной деятельности и особенности ее реализации в сфере спорта.

56. Раскройте специфические особенности спортивных соревнований.

57. Дайте характеристику общей и индивидуальной системе спортивных состязаний как фактору управления тренировочным процессом.

58. Раскройте понятия «спортивное соревнование» и «спортивное состязание».

59. Раскройте факторы, влияющие на состязательную нацеленность.

60. Раскройте классификацию соревнований. Уровни соревнований при подготовке к главным стартам сезона. Современные подходы к классификации соревновательной деятельности.

61. Проанализируйте календарный план спортивных соревнований и индивидуализацию системы соревнований.

62. Проанализируйте основные разделы «Положение о соревнованиях».

63. Проанализируйте особенности системы соревнований в связи с профессионализацией спорта.

64. Раскройте общие требования к правилам соревнований, системе спортивных соревнований (календарю).

65. Проанализируйте особенности содержания системы соревнований в зависимости от этапа многолетней подготовки.

66. Дайте характеристику способам проведения соревнований в подавляющем большинстве видов спорта.

67. Раскройте моделирование соревновательной деятельности в циклических видах спорта, связанных с преимущественным проявлением выносливости.

68. Раскройте моделирование соревновательной деятельности в циклических спринтерских видах спорта.

69. Раскройте моделирование соревновательной деятельности в скоростно-силовых видах спорта.

70. Раскройте моделирование соревновательной деятельности в тяжелой атлетике.

71. Раскройте моделирование соревновательной деятельности в сложно-координационных видах спорта.

72. Раскройте моделирование соревновательной деятельности в стрелковых видах спорта.

73. Раскройте моделирование соревновательной деятельности в единоборствах.

74. Раскройте моделирование соревновательной деятельности в спортивных играх.

75. Раскройте моделирование соревновательной деятельности в многоборье.

8.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета в седьмом семестре и экзамена в восьмом семестре.

Зачет позволяет оценить сформированность компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, приобретенные им навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Устный ответ на экзамене

При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Письменная контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные.

Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Никитушкин, В. Г. Спорт высших достижений: теория и методика : учебное пособие / В. Г. Никитушкин, Ф. П. Суслов. – Москва : Спорт, 2017. – 320 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471229> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9500178-0-3. – Текст : электронный.

2. Фискалов, В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта : учебное пособие : [12+] / В.Д. Фискалов, В.П. Черкашин. - Москва : Спорт, 2016. -

352 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239>. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-21-3. - Текст : электронный.

Дополнительная литература

1. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогические методики в структуре подготовки спортсменов : учебное пособие / Г.Д. Бабушкин, Б.П. Яковлев ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459404> (дата обращения: 27.03.2020). – Текст : электронный.

2. Иссурин, В.Б. Спортивный талант: прогноз и реализация / В.Б. Иссурин ; пер. с англ. И.В. Шаробайко. – Москва : Спорт, 2017. – 239 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471214> (дата обращения: 27.03.2020). – ISBN 978-5-906839-83-1. – Текст : электронный.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://www.minsport.gov.ru/>- Министерство спорта Российской Федерации
2. <http://teoriya.ru/ru/>- Журнал "Теория и практика физической культуры и спорта"
3. www.rusathletics.com- Легкая атлетика
4. <http://www.sprintexpress.ru/>- Сайт по легкой атлетике
5. <http://www.omskathletics.hoha.ru/>- Сайт по легкой атлетике
6. <http://www.ru.wikipedia.org/>- Спортивные сооружения зимних и летних Олимпийских игр

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче экзамена.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;

- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к экзамену;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на практическом (семинарском) занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. SunRavBookOffice.WEB
4. 1С: УниверситетПРОФ
5. ПО «Mirapolis Corporate University»
6. СДО MOODLE
7. BigBlueButton

12.2 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы должна обеспечиваться доступом каждого студента к информационным ресурсам - институтскому библиотечному фонду и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, №107).

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, клав., мышь, коврик, проектор, интерактивный экран, лазерная указка), маркерная доска.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Лицензионное программное обеспечение:

- Microsoft Windows 7 Pro – Лицензия № 60948555 от 30.08.2012 г.
- Microsoft Office Professional Plus 2010 – Актнапередачууправ № 51 от 12.07.2012 г.
- 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г.

Гимнастический зал.

Основное оборудование

Блочная подвеска для гимнастических колец, бревно гимнастическое, бревно гимнастическое напольное, брусья гимнастические мужские с жердями, верхнее покрытие акробатической дорожки, канат для лазания, 5м, козел гимнастический, кольца гимнастические, кольца гимнастические с тросиками, конь гимнастический маховый, мостик гимнастический пружинный, перекладина высокая, перекладина

гимнастическая универсальная, подвеска блочная для колец гимнастических.

Универсальный спортивный зал.

Основное оборудование :

Мячи волейбольные, мячи волейбольные № 5, мячи футзальные, сетка волейбольная KV, стойка волейбольная, стойки для прыжков в высоту, антенны волейбольные, карманы для антенн волейбольные, конусы разделительные, мячи для мини-футбола, мячи футбольные, мячи баскетбольные, мячи гандбольные «Winner», планки для прыжков в высоту, сетки баскетбольные, стойки для прыжков в высоту с планкой, ядра для толкания 3,5 (ж), ядра для толкания 5,5 (м).

Стадион с твердым покрытием.

Основное оборудование:

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипель-чез»), открытая баскетбольная площадка, открытая волейбольная площадка, футбольное поле стадиона, хоккейный корт, площадка для игры в мини-футбол, теннисный корт, площадка «Воркаут», площадка уличных тренажеров, скалодром, военизированная полоса препятствий, учебно-тренировочная пожарная вышка

Помещение для самостоятельной работы.

Читальный зал электронных ресурсов, № 101 б.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 12 шт., мультимедийный проектор 1 шт., многофункциональное устройство 1 шт., принтер 1 шт.).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.