

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО владельца: **Федотов Евгений** подпись

Должность владельца: **И.О.**

Дата подписания: **09.09.2024 10:07:30**

Уникальный программный ключ:

9ba7d3e34c012eba476ff12d064cf2781953be730df2374d16f3c0ce536f0fc6

Уникальный программный ключ:

9ba7d3e34c012eba476ff12d064cf2781953be730df2374d16f3c0ce536f0fc6

Аннотация рабочей программы дисциплины

«Теория и технологии спортивной подготовки»

Цель преподавания дисциплины: формирование научно-методических основ профессионального мировоззрения в области спорта; формирование готовности к принятию нового, развитие восприимчивости к инновациям, понимание сущности и значимости современных технологий в спорте; развитие умений по использованию современных технологий обучения в профессиональной деятельности.

Задачи изучения дисциплины:

- изучение современного состояния и перспектив разработки теории спорта;
- проблематики совершенствования ее методологии;
- закономерностей функционирования и развития спорта в обществе, путях и условиях усиления его роли как фактора направленной оптимизации процесса физического развития индивида, становления здорового образа жизни, гармонизации развития личности, увеличения трудового потенциала общества.

Индикаторы компетенций, формируемые в результате освоения дисциплины:

- Соблюдает целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологий, проблемы питания и здоровья, технологии модернизации оздоровительных программ, методические особенности применения в зависимости от целевой аудитории (ОПК-2.1);
- Анализирует, выявляет и обосновывает достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных (ОПК-2.2);
- Имеет опыт разработки комплексных долгосрочных программ с использованием физкультурно-оздоровительных технологий для определенной целевой аудитории (ОПК-2.3);
- Анализирует систему научного знания о физической культуре и спорте, ее структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных (ОПК-4.1);
- Учитывает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований (ОПК-4.2);
- Имеет опыт анализа реализации воспитательного потенциала систем научного знания о физической культуре и спорте, ее структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт (ОПК-4.3);
- Анализирует междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественно-научных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных (ОПК-7.1);

– Выделяет научную проблему на основе анализа отечественной и зарубежной научной и научно-методической литературы, включая современные информационные технологии (ОПК-7.2);

– Имеет опыт выявления актуальных современных проблем в науках о физической культуре и спорте и способов их решения (ОПК-7.3);

Разделы дисциплины:

1. Проблематика разработки концептуальных представлений о тенденциях развития физической культуры и спорта (их разделов, видов, разновидностей), их перспективных функциях и формах в современном мире;

2. Проблематика оптимизации структуры многолетнего процесса спортивной тренировки, пути углубления принципов обучения двигательным действиям с опорой на исследование закономерностей направленного формирования двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний;

3. Образовательная технология как сложная система приемов и методик, объединенных приоритетными общеобразовательными целями, многообразие подходов к классификации образовательных технологий, обобщенные и конкретные педагогические технологии.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Юго-Западный государственный университет


УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета лингвистики и
межкультурной коммуникации

(наименование ф-та полностью)

 О.Л. Ворошилова

(подпись, инициалы, фамилия)

«30»  2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Теория и технологии спортивной подготовки

(наименование дисциплины)

ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура,
(цифр и наименование направления подготовки (специальности))

направленность (профиль, специализация) «Теория физической культуры и
спорта, технология физического воспитания»

(наименование направленности (профиля, специализации))

форма обучения заочная
(очная, очно-заочная, заочная)

Курск 2019

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с ФГОС ВО – магистратура по направлению подготовки (специальности) 49.04.01 Физическая культура на основании учебного плана ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль, специализация) «Теория физической культуры и спорта, технология физического воспитания», одобренного Ученым советом университета (протокол № 7 от 29 марта 2019 г.)

Рабочая программа дисциплины обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе для обучения студентов по ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль, специализация) «Теория физической культуры и спорта, технология физического воспитания» на заседании кафедры физического воспитания «28» июня 2019 г., протокол № 12.

Зав. кафедрой *Скобликова Т.В.* Скобликова Т.В.

Разработчики программы
к.п.н., доцент *Скриплева Е.В.* Скриплева Е.В.
(ученая степень и ученое звание, Ф.И.О.)

Согласовано: на заседании кафедры физического воспитания, «28» июня 2019 г., протокол №12

Зав. кафедрой *Скобликова Т.В.* Скобликова Т.В.

Директор научной библиотеки *Макаровская В.Г.* Макаровская В.Г.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль, специализация) «Теория физической культуры и спорта, технология физического воспитания», одобренного Ученым советом университета протокол № 7 «25» 02 2020 г. на заседании кафедры физического воспитания 31.08.2020, протокол №1
(наименование кафедры, дата, номер протокола)

Заведующий кафедрой *Скобликова Т.В.* Скобликова Т.В.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль, специализация) «Теория физической культуры и спорта, технология физического воспитания», одобренного Ученым советом университета протокол № 9 «26» 08 2021 г. на заседании кафедры физического воспитания 29.06.2021 г., протокол №13
(наименование кафедры, дата, номер протокола)

Заведующий кафедрой *Тюкарева С.В.* Тюкарева С.В.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процессе на основании учебного плана ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль, специализация) «Теория физической культуры и спорта, технология физического воспитания», одобренного Ученым советом университета протокол № 1 «18» 02 2021 г. на заседании кафедры физического воспитания 29.06.2021 г., протокол №13
(наименование кафедры, дата, номер протокола)

Заведующий кафедрой *Тюкарева С.В.* Тюкарева С.В.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процесс на основании учебного плана ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Теория физической культуры и спорта, технологии физического воспитания», одобрено Ученым советом университета, протокол №7 «28» 02 2022 г. на заседании кафедры физического воспитания от «29» 07 2023г, протокол №13.

Зав. кафедры

(подпись)

С. В. Стоякова

(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процесс на основании учебного плана ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Теория физической культуры и спорта, технологии физического воспитания», одобрено Ученым советом университета, протокол № 4 «18» 01 2022 г. на заседании кафедры физического воспитания от «03» 07 2024 г, протокол №12.

Зав. кафедры

(подпись)

С. В. Стоякова

(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процесс на основании учебного плана ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Теория физической культуры и спорта, технологии физического воспитания», одобрено Ученым советом университета, протокол №__ «__» ____ 20__ г. на заседании кафедры физического воспитания от «__» ____ 20__ г, протокол №__.

Зав. кафедры

(подпись)

(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процесс на основании учебного плана ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Теория физической культуры и спорта, технологии физического воспитания», одобрено Ученым советом университета, протокол №__ «__» ____ 20__ г. на заседании кафедры физического воспитания от «__» ____ 20__ г, протокол №__.

Зав. кафедры

(подпись)

(инициалы, фамилия)

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и рекомендована к реализации в образовательном процесс на основании учебного плана ОПОП ВО 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Теория физической культуры и спорта, технологии физического воспитания», одобрено Ученым советом университета, протокол №__ «__» ____ 20__ г. на заседании кафедры физического воспитания от «__» ____ 20__ г, протокол №__.

Зав. кафедры

(подпись)

(инициалы, фамилия)

1 Цель и задачи дисциплины. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

1.1 Цель дисциплины

Формирование профессиональных компетенций магистра, связанных с управлением тренировочным процессом, на основе знаний специфических принципов и положений теорий кондиционной и спортивной подготовки, а так же закономерностей адаптационных процессов, возрастных особенностей организма спортсменов и сенситивных периодов развития физических качеств.

1.2 Задачи изучения дисциплины

- приобретение студентами профессиональных знаний и понимания сущности кондиционной и спортивной тренировки на этапах многолетнего тренировочного процесса;
- формировать умение разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов;
- формировать умение давать правильную оценку физическим способностям и функциональному состоянию занимающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции;
- обеспечить применение усвоенных знаний и технологий в научно-исследовательской, практической и самостоятельной работе.

1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

<i>Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закрепленные за дисциплиной)</i>		<i>Код и наименование индикатора достижения компетенции, закрепленного за дисциплиной</i>	<i>Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения компетенций</i>
<i>код компет енции</i>	<i>наименование компетенции</i>		
ОПК-2	Способен реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта	ОПК-2.1 Соблюдает целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологий, проблемы питания и здоровья, технологии модернизации оздоровительных программ, методические особенности применения в зависимости от целевой аудитории	Знать: целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологий Уметь: объяснять вопросы организации новейших методических подходов в области физической культуры и спорта устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов Владеть (или Иметь опыт деятельности): использования оздоровительных систем и технологий в различных вариантах учебных занятий

		<p>ОПК-2.2 Анализирует, выявляет и обосновывает достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных</p>	<p>Знать: структуру, содержание, специфические особенности педагогического процесса в высшем образовании в области физической культуры и спорта</p> <p>Уметь: объяснять вопросы организации и внедрения новейших методических подходов в области физической культуры и спорта устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов;</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности): разработки комплексных долгосрочных программ</p>
		<p>ОПК-2.3 Имеет опыт разработки комплексных долгосрочных программ с использованием физкультурно-оздоровительных технологий для определенной целевой аудитории</p>	<p>Знать: организацию и проведение массовых физкультурно-спортивных мероприятий регионального и национального масштаба (организацию, этапы, логистику, ответственность, безопасность)</p> <p>Уметь: осуществлять контроль учебной деятельности по программам профессионального образования</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности): проведения различных видов учебных занятий по дисциплинам (модулям), в рамках реализации программ профессионального образования</p>

ОПК-4	Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу	ОПК-4.1 Анализирует систему научного знания о физической культуре и спорте, ее структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных	Знать: особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований; Уметь: Оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления Владеть (или Иметь опыт деятельности): проведения теоретических занятий по теме значения физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма в рамках реализации программ профессионального образования;
		ОПК-4.2 Учитывает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований	Знать: правила определения понятий, классификацию и систематизацию как логические понятия Уметь: Самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях для применения их в процессе установления отношений между людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов Владеть (или Иметь опыт деятельности): Владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта

		<p>ОПК-4.3 Имеет опыт анализа реализации воспитательного потенциала систем научного знания о физической культуре и спорте, ее структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт</p>	<p>Знать: Особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований.</p> <p>Уметь: грамотно объяснять и демонстрировать учебный материал, подчеркивать сильные и слабые стороны оздоровительных систем, создавать на занятиях проблемно ориентированную образовательную среду, побуждать занимающихся к самостоятельному выполнению заданий с целью укрепления своего организма</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности): подготовки материалов для представления в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» по пропаганде здорового образа жизни .</p>
ОПК-7	Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта	<p>ОПК-7.1 Анализирует междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественно-научных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных</p>	<p>Знать: теорию и методологию совершенствования научных исследований в области физической культуры и спорта</p> <p>Уметь: использовать актуальные средства, методы, технологии профессиональной деятельности для определения приоритетных видов профессиональной деятельности в ФКиС и использования их для решения задач сохранения и укрепления здоровья и повышения качества жизни населения</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности): выявления актуальных современных проблем в науках о физической культуре и спорте и способов их решения</p>

		<p>ОПК-7.2 Выделяет научную проблему на основе анализа отечественной и зарубежной научной и научно-методической литературы, включая современные информационные технологии</p>	<p>Знать: основной круг проблем, встречающихся в сфере профессиональной деятельности; - стратегии разрешения проблем в отрасли ФКиС; Уметь: обосновывать теоретические и практические вопросы совершенствования функционирования физической культуры в сферах образования, труда, досуга с теоретико-методологических позиций современной теории физической культуры Владеть (или Иметь опыт деятельности): публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии</p>
		<p>ОПК-7.3 Имеет опыт выявления актуальных современных проблем в науках о физической культуре и спорте и способов их решения</p>	<p>Знать: процессы интеграции современных технологий в образовательный процесс и проектирование физкультурной деятельности Уметь: выбирать наиболее эффективные методики физкультурно- оздоровительной и образовательной деятельности Владеть (или Иметь опыт деятельности): разработки практических рекомендаций по результатам собственных исследований</p>

2 Указание места дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина «Теория и технологии спортивной подготовки» входит в обязательную часть блока 1 «Дисциплины (модули)» основной профессиональной образовательной программы – программы магистратуры 49.04.01 Физическая культура, направленность «Теория физической культуры и спорта, технология физического воспитания». Дисциплина изучается на 2 курсе.

3 Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 6 зачетные единицы (з.е.), 216 академических часов.

Таблица 3 - Объем дисциплины

Виды учебной работы	Всего, часов
Общая трудоемкость дисциплины	216
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	20
в том числе:	
лекции	0
лабораторные занятия	0
практические занятия	20
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	186,88
Контроль (подготовка к экзамену)	9
Контактная работа по промежуточной аттестации (всего АттКР)	0,12
в том числе:	
зачет	не предусмотрен
зачет с оценкой	не предусмотрен
курсовая работа (проект)	
экзамен (включая консультацию перед экзаменом)	0,12

4 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1 Содержание дисциплины

Таблица 4.1.1 – Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Содержание
1	2	3
1.	Построение, содержание и организация учебно-тренировочного процесса	Характеристика различных уровней физической подготовки, задачи подготовки. Основы построения процесса физической подготовки, закономерности: единства общей и специальной физической подготовки; систематичности и последовательности тренировочных нагрузок; постепенности наращивания тренировочных нагрузок; волнообразности динамики нагрузок; цикличности построения процесса ФП и принцип возрастной адекватности физических нагрузок.
2	Принципы развития и оценки отдельных физических качеств	Развитие быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости и гибкости. Средства, методы, методические приемы и методики. Тестирование отдельных физических качеств (гибкость, координация, быстрота, выносливость). Комплексные программы тестирования физической подготовленности, принятые в разных странах.

3	Требования к учебно-тренировочному занятию. Возрастная периодизация тренировочных нагрузок	<p>Тренировочный урок (занятие) как основная организационная форма проведения тренировки. Общие закономерности построения тренировочных занятий. Варианты построения тренировочных занятий (избирательной или комплексной направленности, с параллельным и последовательным решением поставленных задач).</p> <p>Основные компоненты тренировочного воздействия. Величина тренировочной нагрузки. Чередование нагрузки и отдыха. Комплексность и последовательность. Планирование тренировочных нагрузок разной направленности с учетом возраста, пола и уровня физической подготовленности. Технология планирования тренировочных нагрузок.</p>
4	Построение спортивной тренировки в микро- мезо- макроциклах в зависимости от этапов многолетней подготовки	<p>Микроциклы. Определяющие черты и закономерности построения микроциклов в спортивной тренировке. Основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность структуры микроциклов в процессе спортивной тренировки; типы микроциклов.</p> <p>Мезоциклы - как система микроциклов, составляющих относительно законченный этап (под этап) тренировочного процесса; определяющие черты мезоциклов и закономерности построения тренировки в рамках данных циклов. Типы мезоциклов, их характеристика; основные факторы, обуславливающие вариативность их структуры. Особенности построения мезоциклов в зависимости от этапов многолетней подготовки. Особенности сочетания микроциклов в мезоциклах различных типов. Проблемы изучения и перспективы оптимального построения тренировки в рамках мезоциклов.</p> <p>Макроциклы. Закономерности развития спортивной формы как естественное начало периодизации спортивной тренировки. Сущность спортивной формы (как оптимального состояния готовности спортсмена к достижению), ее критерии и общие закономерности развития. Соотношение фаз развития спортивной формы и периодов тренировки.</p>
5	Контроль и коррекция спортивной подготовки	<p>Комплексный контроль как единство педагогического (тренерского), врачебного, научного контроля и самоконтроля спортсмена. Объекты комплексного контроля и самоконтроля спортсмена; проблема выбора наиболее информативных контрольных показателей, отражающих ход подготовки, состояние и динамику подготовленности спортсмена. Основные контрольные процедуры (операции); основы их методологии и технологии; формы фиксации результатов контроля, методы их обработки и анализа. Особенности текущего и поэтапного контроля в процессе подготовки спортсмена. Специальные проблемы углубленного комплексного контроля в спорте высших достижений.</p>

6	Проведение научного исследования. Представление и интерпретация результатов научного исследования Разработка практических рекомендаций	Разработка собственного диагностического инструментария для решения поставленных задач (анкета или план устного опроса, или модификация методики, схема/протокол наблюдения и др.) (или детальное обоснование выбора методик исследования). Представление результатов исследования в форме научной публикации и (или) выступления с докладом на научно-практических мероприятиях (кафедры, СНО, научной конференции). Разработка практических рекомендаций участникам и (или) «заказчикам» исследования, или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и спорта
---	--	--

Таблица 4.1.2 – Содержание дисциплины и его методическое обеспечение

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Виды деятельности			Учебно-методические материалы	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)	Компетенции
		лек., час	№ лаб.	№ пр.			
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Построение, содержание и организация учебно-тренировочного процесса	–	–	1	У-1-6 МУ- 1-10	КО 3	ОПК-1
2	Принципы развития и оценки отдельных физических качеств	–	–	2-3	У-1-9 МУ-1-6	КО 5	ОПК-2
3	Требования к учебно-тренировочному занятию. Возрастная периодизация тренировочных нагрузок	–	–	4-5	У-1-5	КО 7 Р 8	ОПК-3
4	Построение спортивной тренировки в микро- мезо- макроциклах в зависимости от этапов многолетней подготовки	–	–	6	У-1-10	Т12	ОПК-7
5	Контроль и коррекция спортивной подготовки	–	–	7	У-1-9 МУ- 1,2,3	КО 11	ОПК-4
6	Проведение научного исследования. Представление и интерпретация результатов научного исследования Разработка практических рекомендаций	–	–	8-10	У-1-9 МУ-1-10	КО 13 Р16	ОПК-8

КО – контрольный опрос, Т- тестирование, Р – реферат.

4.2 Лабораторные работы и (или) практические занятия

4.2.1 Практические занятия

Таблица 4.2.1 – Практические занятия

№п/п	Наименование практического занятия	Объем, час.
1	2	3

1	Построение, содержание и организация учебно- тренировочного процесса	2
2	Принципы развития и оценки отдельных физических качеств	4
3	Требования к учебно-тренировочному занятию. Возрастная периодизация тренировочных нагрузок	4
4	Построение спортивной тренировки в микро- мезо-макроциклах в зависимости от этапов многолетней подготовки	4
5	Контроль и коррекция спортивной подготовки	2
6	Проведение научного исследования. Представление и интерпретация результатов научного исследования Разработка практических рекомендаций	4
Итого		20

4.2 Самостоятельная работа студентов (СРС)

Таблица 4.2 – Самостоятельная работа студентов

№ раздела (темы)	Наименование раздела (темы) дисциплины	Срок выполнения	Время, затрачиваемое на выполнение СРС, час.
1	2	3	4
1	Построение, содержание и организация учебно- тренировочного процесса	1 неделя	20
2	Принципы развития и оценки отдельных физических качеств	2-3 неделя	30
3	Требования к учебно-тренировочному занятию. Возрастная периодизация тренировочных нагрузок	4-7 неделя	40
4	Построение спортивной тренировки в микро- мезо-макроциклах в зависимости от этапов многолетней подготовки	8-10 неделя	30
5	Контроль и коррекция спортивной подготовки	11-13 неделя	20
6	Проведение научного исследования. Представление и интерпретация результатов научного исследования Разработка практических рекомендаций	14-17 неделя	46,88
Итого			186,88

5 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Студенты могут при самостоятельном изучении отдельных тем и вопросов дисциплин пользоваться учебно-наглядными пособиями, учебным оборудованием и методическими разработками кафедры в рабочее время, установленное Правилами внутреннего распорядка работников.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по данной дисциплине организуется:

библиотекой университета:

– библиотечный фонд укомплектован учебной, методической, научной, периодической, справочной и художественной литературой в соответствии с УП и данной РПД;

– имеется доступ к основным информационным образовательным ресурсам, информационной базе данных, в том числе библиографической, возможность выхода в Интернет.

кафедрой:

- путем обеспечения доступности всего необходимого учебно-методического и справочного материала;
- путем предоставления сведений о наличии учебно-методической литературы;
- путем разработки:
 - методических рекомендаций по организации самостоятельной работы студентов;
 - тем рефератов;
 - вопросов к экзамену;
- типографией университета:*
 - помощь авторам в подготовке и издании научной, учебной и методической литературы;
 - удовлетворение потребности в тиражировании научной, учебной и методической литературы.

6 Образовательные технологии

Реализация компетентного подхода предусматривает широкое использование в образовательном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций обучающихся. В рамках дисциплины предусмотрены встречи с экспертами и специалистами Комитета по труду и занятости населения Курской области.

Таблица 6.1 – Интерактивные образовательные технологии, используемые при проведении аудиторных занятий

№	Наименование раздела (темы лекции, практического занятия)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Объем, час.
1	2	3	4
1	Построение спортивной тренировки в микро-мезо-макроциклах в зависимости от этапов многолетней подготовки	Занятие с разбором конкретных ситуаций.	2
2	Проведение научного исследования. Представление и интерпретация результатов	Проблемная постановка вопросов.	2
	научного исследования Разработка практических рекомендаций		
ИТОГО			4

7 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

Код и наименование компетенции	Этапы формирования компетенций и дисциплины (модули) и практики, при изучении/прохождении которых формируется данная компетенция		
	начальный	основной	завершающий
1	2	3	4
ОПК-1 Способен планировать деятельность организации в области физической культуры и массового спорта	Логика Информационные технологии в науке и образовании	Инновационные педагогические технологии в физической культуре Теория физической культуры и инновационные технологии в физической культуре Теория и технологии спортивной подготовки	Производственная научно-педагогическая практика
ОПК-2 Способен реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта	Инновационные педагогические технологии в физической культуре Теория физической культуры и инновационные технологии в физической культуре Теория и технологии спортивной подготовки Производственная научно-педагогическая практика		
ОПК-3 Способен формировать воспитательную среду при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности	Инновационные педагогические технологии в физической культуре Теория физической культуры и инновационные технологии в физической культуре Теория и технологии спортивной подготовки Производственная научно-педагогическая практика		

<p>ОПК-4 Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу</p>	<p>Современные проблемы наук о физической культуре и спорте Инновационные педагогические технологии в физической культуре Теория и технологии спортивной подготовки Производственная научно-педагогическая практика</p>	
<p>ОПК-7 Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта</p>	<p>Теория и технологии спортивной подготовки Производственная практика (научно-исследовательская работа) Производственная научно-педагогическая практика</p>	
<p>ОПК-8 Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</p>	<p>Логика Информационные технологии в науке и образовании</p>	<p>Теория и технологии спортивной подготовки Производственная практика (научно-исследовательская работа) Производственная научно-педагогическая практика</p>

7.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Код компетенции/этап	Показатели оценивания компетенции (индикаторы достижения компетенций, закрепленные за дисциплиной)	Уровни сформированности компетенции		
		Пороговый уровень («удовлетворительно»)	Продвинутый уровень («хорошо»)	Высокий уровень («отлично»)
1	2	3	4	5

ОПК-1/ основно й	<p>ОПК-1.1 Разрабатывает стратегические планы развития и программы проведения физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, тренировочных и развлекательных мероприятий физкультурно-спортивной и/или образовательной организации</p> <p>ОПК-1.2 Соблюдает технологию проведения маркетинговых исследований в физической культуре и спорте, маркетинг отношений с общественными и государственными органами, технологию работ по привлечению спонсоров</p>	<p>Знать:</p> <p>– стратегический менеджмент в физической культуре и спорте</p> <p>Уметь:</p> <p>– ставить цели и определять задачи ФСО и ОО на основе анализа внутренней и внешней среды</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– проведения анализа внутренней среды физкультурно-спортивной и/или образовательной организации</p>	<p>Знать:</p> <p>– технологию проведения маркетинговых исследований в физической культуре и спорте, маркетинг отношений с общественными и государственными органами, технология работ по привлечению спонсоров</p> <p>Уметь:</p> <p>– разрабатывать новые технологии решения задач, в том числе инновационные</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– проведения анализа внешней среды физкультурно-спортивной и/или образовательной организации</p>	<p>Знать:</p> <p>– порядок составления и согласования планов деятельности по обеспечению и сопровождению развития физической культуры и спорта;</p> <p>Уметь:</p> <p>– обеспечивать соблюдение в планах требований по достижению целевых показателей деятельности, санитарно-гигиенических правил, соответствия уставным целям и задачам ФСО и ОО</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– проведения анализа внутренней и внешней среды физкультурно-спортивной и/или образовательной организации</p>
ОПК-2 / начальн ый, основн ой, заверша ющий	<p>ОПК-2.1 Соблюдает целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологий, проблемы питания и здоровья, технологии модернизации оздоровительных программ, методические</p>	<p>Знать:</p> <p>– целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологий</p> <p>Уметь:</p> <p>– объяснять вопросы организации новейших</p>	<p>Знать:</p> <p>– структуру, содержание, специфические особенности педагогического процесса в высшем образовании в области физической культуры и спорта</p> <p>Уметь:</p> <p>– объяснять вопросы</p>	<p>Знать:</p> <p>– организацию и проведение массовых физкультурно-спортивных мероприятий регионального и национального масштаба (организацию, этапы, логистику, ответственность, безопасность)</p>

	<p>особенности применения в зависимости от целевой аудитории</p> <p>ОПК-2.2 Анализирует, выявляет и обосновывает достоинства и недостатки различных методик, в том числе инновационных</p> <p>ОПК-2.3 Имеет опыт разработки комплексных долгосрочных программ с использованием физкультурно-оздоровительных технологий для определенной целевой аудитории</p>	<p>методических подходов в области физической культуры и спорта</p> <p>устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– использования оздоровительных систем и технологий в различных вариантах учебных занятий</p>	<p>организации и внедрения новейших методических подходов в области физической культуры и спорта</p> <p>устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов;</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– разработки комплексных долгосрочных программ</p>	<p>Уметь: осуществлять контроль учебной деятельности по программам профессионального образования</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– проведения различных видов учебных занятий по дисциплинам (модулям), в рамках реализации программ профессионального образования</p>
<p>ОПК-3/ начальн ый, основн ой, заверша ющий</p>	<p>ОПК-3.1 Анализирует передовой опыт работы педагогов и других специалистов в области воспитания, лучшие проекты и программы в области воспитания</p> <p>ОПК-3.2 Использует на занятиях проблемно-ориентированную образовательную среду</p> <p>ОПК-3.3 Имеет опыт анализа реализации воспитательного потенциала мероприятий образовательной, спортивной и</p>	<p>Знать:</p> <p>– нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте</p> <p>Уметь:</p> <p>– определять наиболее эффективные средства и методы воспитательной работы в ФСО и ОО</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– разработки годового плана воспитательной работы ФСО или ОО</p>	<p>Знать:</p> <p>– социокультурный потенциал физической культуры и спорта</p> <p>Уметь:</p> <p>– оценивать воспитательный потенциал мероприятий образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– проведения различных видов учебных занятий по дисциплинам (модулям), в рамках реализации</p>	<p>Знать:</p> <p>– передовой опыт работы педагогов и других специалистов в области воспитания, лучшие проекты и программы в области воспитания</p> <p>Уметь:</p> <p>– создавать условия для повышения социальной и педагогической компетентности работников ФСО и ОО и родителей несовершеннолетних обучающихся</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p>

	физкультурно-оздоровительной направленности и подготовки предложений по совершенствованию воспитательной работы		программ профессионального образования	– подготовки предложений по совершенствованию воспитательной работы
ОПК-4/ начальник, основной, завершающий	<p>ОПК-4.1 Анализирует систему научного знания о физической культуре и спорте, ее структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных</p> <p>ОПК-4.2 Учитывает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований</p> <p>ОПК-4.3 Имеет опыт анализа реализации воспитательного потенциала систем научного знания о физической культуре и спорте, ее структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук,</p>	<p>Знать:</p> <p>– особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований;</p> <p>Уметь:</p> <p>– Оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– проведения теоретических занятий по теме значения физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей</p>	<p>Знать:</p> <p>– правила определения понятий, классификацию и систематизацию как логические понятия</p> <p>Уметь:</p> <p>– Самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях для применения их в процессе установления отношений между людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– Владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта</p>	<p>Знать:</p> <p>– Особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований.</p> <p>Уметь:</p> <p>– грамотно объяснять и демонстрировать учебный материал, подчеркивать сильные и слабые стороны оздоровительных систем, создавать на занятиях проблемно ориентированную образовательную среду, побуждать занимающихся к самостоятельному выполнению заданий с целью укрепления своего организма</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– подготовки материалов для представления в информационно-</p>

	изучающих физическую культуру и спорт	олимпизма в рамках реализации программ профессионального образования;		телекоммуникационной сети «Интернет» по пропаганде здорового образа жизни .
ОПК-7 / начальн ый, основно й, заверша ющий	<p>ОПК-7.1 Анализирует междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественно-научных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных</p> <p>ОПК-7.2 Выделяет научную проблему на основе анализа отечественной и зарубежной научной и научно-методической литературы, включая современные информационные технологии</p> <p>ОПК-7.3 Имеет опыт выявления актуальных современных проблем в науках о физической культуре и спорте и способов их решения</p>	<p>Знать:</p> <p>– теорию и методологию совершенствования научных исследований в области физической культуры и спорта</p> <p>Уметь:</p> <p>– использовать актуальные средства, методы, технологии профессиональной деятельности для определения приоритетных видов профессиональной деятельности в ФКиС и использования их для решения задач сохранения и укрепления здоровья и повышения качества жизни населения</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– выявления актуальных современных проблем в науках о физической культуре и спорте и способов их решения</p>	<p>Знать:</p> <p>– основной круг проблем, встречающихся в сфере профессиональной деятельности;</p> <p>- стратегии разрешения проблем в отрасли ФКиС;</p> <p>Уметь:</p> <p>– обосновывать теоретические и практические вопросы совершенствования функционирования физической культуры в сферах образования, труда, досуга с теоретико-методологических позиций современной теории физической культуры</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии</p>	<p>Знать:</p> <p>– процессы интеграции современных технологий в образовательный процесс и проектирование физкультурной деятельности</p> <p>Уметь:</p> <p>– выбирать наиболее эффективные методики физкультурно-оздоровительной и образовательной деятельности</p> <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <p>– разработки практических рекомендаций по результатам собственных исследований</p>
ОПК-8/ основно й,	ОПК-8.1 Анализирует теоретические	Знать: – Наиболее	Знать: – основной круг	Знать: – теорию и

<p>завершающий</p>	<p>основы и технологии научно-исследовательской деятельности, суть и логику проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта ОПК-8.2 Выбирает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов ОПК-8.3 Имеет опыт выполнения научно-исследовательской работы по разрешению проблемных ситуаций в сфере физического воспитания, оздоровительной физической культуры и массового спорта в соответствии с направленностью образовательной программы</p>	<p>эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <ul style="list-style-type: none"> – Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций 	<p>проблем, встречающихся в сфере профессиональной деятельности</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выявлять в науках о физической культуре и спорте наиболее дискуссионные проблемы, требующие в современный период своего решения <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнения научно-исследовательской работы по разрешению проблемных ситуаций в сфере физического воспитания, оздоровительной физической культуры и массового спорта в соответствии с направленностью образовательной программы. 	<p>методологию совершенствования научных исследований в области физической культуры и спорта</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать собственный диагностический инструментарий для решения поставленных задач (анкета или план устного опроса, или модификация методики, схема/протокол наблюдения и др.) <p>Владеть (или Иметь опыт деятельности):</p> <ul style="list-style-type: none"> – публичной защиты результатов собственных исследований, участия в научной дискуссии
--------------------	--	---	---	---

7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

Таблица 7.3 – Паспорт комплекта оценочных средств для текущего контроля успеваемости

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Технология формирования	Оценочные средства		Описание шкал оценивания
				наименование	№№ заданий	
1	2	3	4	5	6	7
1	Построение, содержание и организация учебно-тренировочного процесса	ОПК-1	Практическое занятие, СРС	Контрольные вопросы	1-7	Согласно таб. 7.2
2	Принципы развития и оценки отдельных физических качеств	ОПК-2	Практическое занятие, СРС	Контрольные вопросы	1-10	Согласно таб. 7.2
3	Требования к учебно-тренировочному занятию. Возрастная периодизация тренировочных нагрузок	ОПК-3	Практическое занятие, СРС	Контрольные вопросы	1-10	Согласно таб. 7.2
				Темы рефератов		
4	Построение спортивной тренировки в микро- мезо- макроциклах в зависимости от этапов многолетней подготовки	ОПК-7	Практическое занятие, СРС	БТЗ	1-20	Согласно таб. 7.2
5	Контроль и коррекция спортивной подготовки	ОПК-4	Практическое занятие, СРС	Контрольные вопросы	1-5	Согласно таб. 7.2
6	Проведение научного исследования. Представление и интерпретация результатов научного исследования Разработка практических рекомендаций	ОПК-8	Практическое занятие, СРС	Контрольные вопросы	1-15	Согласно таб. 7.2
				Темы рефератов		

БТЗ – банк вопросов и заданий в тестовой форме.

Примеры типовых контрольных заданий для текущего контроля

Контрольные вопросы по разделу (теме) №1: «Построение, содержание и организация учебно-тренировочного процесса»

1. Факторы, определяющие структуру отдельного занятия. Типы занятий.
2. Варианты сочетания занятий в одном тренировочном дне.
3. Определение понятия «структура тренировочного процесса», ее виды.
4. Варианты построения годичной тренировки. Условия, определяющие продолжительность периодов подготовки в пределах отдельного тренировочного года.
5. Подготовительный период: направленность, варианты структуры, основные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок; соотношение видов подготовки.
6. Соревновательный период: направленность, варианты структуры, типичные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок, соотношение видов подготовки.
7. Переходный период: направленность, типичные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок, соотношение видов подготовки; факторы, регламентирующие продолжительность и основные подходы к содержанию переходного периода.

Вопросы в тестовой форме по разделу (теме) №1. «Построение спортивной тренировки в микро- мезо-макроциклах в зависимости от этапов многолетней подготовки»

1. Укажите последовательность этапов процесса обучения физическим упражнениям

- а) совершенствование физического упражнения;
- б) ознакомление с физическими упражнениями;
- в) применение навыков физического упражнения;
- г) выявление причин двигательных ошибок;
- д) разучивание физического упражнения.

2. Укажите частную задачу обучения, характерную для первого этапа обучения

- а) упрочнение сформированного навыка;
- б) создание представления об упражнении;
- в) обучение ритму действия;
- г) выявление индивидуальных особенностей телосложения;
- д) достижение слитности фаз.

3. Укажите частную задачу, характерную для второго этапа обучения

- а) устранение сопутствующих, лишних движений;
- б) обеспечение общего представления об изучаемом упражнении;
- в) упрочение сформированного навыка;
- г) уточнение деталей техники;
- д) обучение основному варианту техники.

4. Укажите частную задачу обучения, характерную для третьего этапа обучения физическим упражнениям.

- а) устранение грубых ошибок;
- б) формирование умений высшего порядка;
- в) овладение основной техникой;

- г) формирование навыка в основном варианте;
- д) стабильное выполнение упражнения в различных условиях.

Темы рефератов

1. Варианты сочетания занятий в одном тренировочном дне.
2. Варианты построения годичной тренировки. Условия, определяющие продолжительность периодов подготовки в пределах отдельного тренировочного года.
3. Подготовительный период: направленность, варианты структуры, основные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок; соотношение видов подготовки.
4. Соревновательный период: направленность, варианты структуры, типичные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок, соотношение видов подготовки.
5. Переходный период: направленность, типичные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок, соотношение видов подготовки; факторы, регламентирующие продолжительность и основные подходы к содержанию переходного периода.

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости представлены в УМК по дисциплине.

Типовые задания для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена. Экзамен проводится в виде бланкового тестирования.

Для тестирования используются контрольно-измерительные материалы (КИМ) – вопросы и задания в тестовой форме, составляющие банк тестовых заданий (БТЗ) по дисциплине, утвержденный в установленном в университете порядке.

Проверяемыми на промежуточной аттестации элементами содержания являются темы дисциплины, указанные в разделе 4 настоящей программы. Все темы дисциплины отражены в КИМ в равных долях (%). БТЗ включает в себя не менее 100 заданий и постоянно пополняется. БТЗ хранится на бумажном носителе в составе УММ и электронном виде в ЭИОС университета.

Для проверки *знаний* используются вопросы и задания в различных формах:

- закрытой (с выбором одного или нескольких правильных ответов),
- открытой (необходимо вписать правильный ответ),
- на установление правильной последовательности,
- на установление соответствия.

Умения, навыки (или опыт деятельности) и компетенции проверяются с помощью компетентностно-ориентированных задач (ситуационных, производственных или кейсового характера) и различного вида конструкторов. Все задачи являются многоходовыми. Некоторые задачи, проверяющие уровень сформированности компетенций, являются многовариантными. Часть умений, навыков и компетенций прямо не отражена в формулировках задач, но они могут быть проявлены обучающимися при их решении.

В каждый вариант КИМ включаются задания по каждому проверяемому элементу содержания во всех перечисленных выше формах и разного уровня сложности. Такой формат КИМ позволяет объективно определить качество освоения обучающимися основных элементов содержания дисциплины и уровень сформированности компетенций.

Примеры типовых заданий для проведения
промежуточной аттестации обучающихся

Задание в закрытой форме:

Подготовительные упражнения применяются если...

- а) в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
- б) обучающийся недостаточно физически развит;
- в) необходимо устранять причины возникновения ошибок;
- г) применяется метод целостно-аналитического упражнения;

Задание в открытой форме:

Периоды онтогенеза, в рамках которых обеспечиваются наиболее значительные темпы развития определенных способностей человека, складываются особо благоприятные предпосылки формирования определенных умений и навыков называются _____

Задание на установление правильной последовательности,

В какой последовательности целесообразно воздействовать на развитие физических качеств в рамках одного занятия...

- 1. быстрота;
- 2. выносливость;
- 3. гибкость;
- 4. ловкость;
- 5. сила;

- а) 1, 2, 3, 4, 5;
- б) 2, 4, 1, 5, 3;
- в) 5, 3, 4, 2, 1;
- г) 4, 1, 5, 3, 2.

Задание на установление соответствия:

Укажите, решение каких задач способствует реализации общей цели физического воспитания

- 1. адаптационные задачи;
- 2. соревновательные задачи;
- 3. оздоровительные задачи;
- 4. гигиенические задачи;
- 5. образовательные задачи;
- 6. методические задачи;
- 7. двигательные задачи;
- 8. воспитательные задачи

- а) 4, 6, 8;
- б) 3, 5, 8;
- в) 2, 4, 6;
- г) 1, 4, 7.

Компетентностно-ориентированная задача:

Составьте методику воспитания быстроты движений (можно на примере избранного вида спорта) на отдельное тренировочное занятие.

Методика выполнения задания: 1) определить средства, наиболее эффективно обеспечивающие решение данной задачи; 2) распределить их **в методически правильной последовательности**; 3) указать длительность выполнения каждого упражнения, дозировку

(количество повторений упражнения), время отдыха между упражнениями, методы развития быстроты движений.

№ п/п	Содержание тренировочного занятия (упражнения)	Длительность выполнения упражнения	Дозировка	Время отдыха	Методы развития быстроты движений
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации обучающихся представлены в УМК по дисциплине.

7.4 Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, регулируются следующими нормативными актами университета:

– Положение П 02.016-2018 «О балльно-рейтинговой системе оценивания результатов обучения по дисциплинам (модулям) и практикам при освоении обучающимися образовательных программ»;

– методические указания, используемые в образовательном процессе, указанные в списке литературы;

Для *текущего контроля успеваемости* по дисциплине в рамках действующей в университете балльно-рейтинговой системы применяется следующий порядок начисления баллов

Таблица 7.4 – Порядок начисления баллов в рамках БРС

Форма контроля	Минимальный балл		Максимальный балл	
	балл	примечание	балл	примечание
1	2	3	4	5
Практическое занятие № 1 (Построение, содержание и организация учебно-тренировочного процесса)	0	Дан неполный ответ по теме контрольного опроса	4	Дан развернутый ответ по теме контрольного опроса
Практическое занятие № 2 (Принципы развития и оценки отдельных физических качеств)	0	Дан неполный ответ по теме контрольного опроса	4	Дан развернутый ответ по теме контрольного опроса
Практическое занятие № 3 (Возрастная периодизация тренировочных нагрузок)	0	Дан неполный ответ по теме контрольного опроса	4	Дан развернутый ответ по теме контрольного опроса
реферат	0	Материал подготовлен, содержание соответствует теме	5	Материал подготовлен, содержание соответствует теме, обучающийся

				излагает и обобщает свои мысли, аргументировано отвечает на вопросы
Практическое занятие № 4 (Построение спортивной тренировки в микро- мезо- макроциклах в зависимости от этапов многолетней подготовки) Тесты	0	Материал не усвоен	6	Материал усвоен
Практическое занятие № 5 (Контроль и коррекция спортивной подготовки)	0	Дан неполный ответ по теме контрольного опроса	4	Дан развернутый ответ по теме контрольного опроса
Практическое занятие № 6 (Проведение научного исследования. Представление и интерпретация результатов научного исследования Разработка практических рекомендаций)	0	Дан неполный ответ по теме контрольного опроса	4	Дан развернутый ответ по теме контрольного опроса
Реферат	0	Материал подготовлен, содержание соответствует теме	5	Материал подготовлен, содержание соответствует теме, обучающийся излагает и обобщает свои мысли, аргументировано отвечает на вопросы
СРС	0		12	
Итого	0		36	
Посещаемость	0		14	
Зачет	0		60	
Итого	0		100	

Для промежуточной аттестации обучающихся, проводимой в виде тестирования, используется следующая методика оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности. В каждом варианте КИМ - 16 заданий (15 вопросов и одна задача)

Каждый верный ответ оценивается следующим образом:

- задание в закрытой форме – 2 балла;
- задание в открытой форме – 2 балла;
- задание на установление правильной последовательности – 2 балла;
- задание на установление соответствия – 2 балла;
- решение компетентностно-ориентированной задачи – 6 баллов

Максимальное количество баллов за тестирование – 36 балла.

8 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

8.1 Основная учебная литература

1. Барчуков, И. С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс] : учебник / И. С. Барчуков ; Назаров Ю. Н. ; Кикоть В. Я. ; Егоров С. С. ; Мацур И. А. - Москва : Юнити-Дана, 2012. - 432 с. Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

2. Чеснова, Е. Л. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е. Л. Чеснова. - Москва : Директ-Медиа, 2013. - 160 с. Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

8.2. Дополнительная учебная литература

3. Алексеев, С. В. Спортивное право России [Электронный ресурс] : учебник / С. В. Алексеев. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юнити-Дана, 2012. - 1056 с.
4. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента [Текст] : учебное пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. - 3-е изд., стер. - Москва : КноРус, 2013. - 240 с.
5. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / Г. Д. Горбунов. - 4-е изд., испр. и доп. - Москва : Советский спорт, 2012. - 312 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>
6. Евдокимов, В. И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учебное пособие / В. И. Евдокимов, О. А. Чурганов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Советский спорт, 2010. – 246 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru>
7. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова. – Омск : Издательство СибГУФК, 2013. – 296 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru>
8. Теория и методика спортивного туризма [Текст] : учебник / под ред. В. А. Таймазова, Ю. Н. Федотова. - Москва : Советский спорт, 2014. - 423 с.
9. Шулятьев, В. М. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. М. Шулятьев, В. Побыванец. - Москва : Российский университет дружбы народов, 2012. - 287 с. Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>

8.3 Перечень методических указаний

1. Борьба с допингом в профессиональном спорте [Электронный ресурс]: методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 27 с.
2. Виды допинга в спорте [Электронный ресурс] : методические указания / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 22 с.
3. Генный допинг [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 43 с.
4. Допинг в Олимпийских играх [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 20 с.
5. История допинга в спорте [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 20 с.
6. Исторические аспекты анализа низкомолекулярных веществ в допинг-контроле [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 17 с.
7. Лыжный спорт. Основы техники и методика обучения методические рекомендации по изучению дисциплины «Физическая культура» для студентов всех специальностей /Юго-Западный государственный университет; ЮЗГУ; сост.: Ю. Г. Данилов, Ю. В. Ручкин. – Курск: ЮЗГУ, 2011 – 28 с.
8. Оказание помощи пострадавшим на воде [Электронный ресурс]: методические рекомендации по дисциплине «Физическая культура» для студентов всех специальностей / Юго- Западный государственный университет; сост.: Н. Е. Бахтояров, З. В. Курасбедиани, В. Н. Калюбаев. – Электрон.текстовые дан. (811 КБ). – Курск.: ЮЗГУ, 2015.- 25с.
9. Профилактика травматизма на занятиях физической культурой в вузе [Электронный ресурс]: методические рекомендации / Юго-Западный государственный университет, сост.: О. М. Цуканова, Г. Г. Карпова. - Курск: ЮЗГУ, 2014.- 25 с.
10. Роль всемирного антидопингового агентства в контроле за использованием допинга в спорте [Электронный ресурс] : методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 42 с.

8.4 Другие учебно-методические материалы

Отраслевые журналы в библиотеке университета:

Теория и практика физической культуры

9 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. <http://www.minsport.gov.ru> – Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации (Минспорт).
2. <http://biblioclub.ru/> – Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»
3. <http://www.consultfyt.ru> – Официальный сайт компании «Консультант Плюс».
4. <http://minstm.gov.ru> – Министерство спорта, туризма и молодежной политики РФ.
5. <http://www.studsport.ru> – Российский Студенческий Спортивный Союз.
6. <http://www.infosport.ru> – Национальная информационная сеть «Спортивная Россия».
7. URL: <http://elibrary.ru>. – Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования]
8. <https://dlib.eastview.com/browse/publication/19028/udb/1270> – Педагогическая диагностика.
9. <https://dlib.eastview.com/browse/publication/18849/udb/1270> – Педагогическая техника.
10. <https://dlib.eastview.com/browse/publication/19029/udb/1270> – Педагогические измерения.

10 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Основными видами аудиторной работы студента при изучении дисциплины «Теория и технологии спортивной подготовки» являются практические занятия. Студент не имеет права пропускать занятия без уважительных причин.

Изучение наиболее важных тем или разделов дисциплины завершают практические занятия, которые обеспечивают: контроль подготовленности студента; закрепление учебного материала; приобретение опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, в том числе аргументации и защиты выдвигаемых положений и тезисов. Практические занятия ориентированы на закрепление теоретического материала, а также на приобретение дополнительных знаний и развитие самостоятельной деятельности обучающихся.

Практическому занятию предшествует самостоятельная работа студента, связанная с освоением материалов, изложенных в учебниках и учебных пособиях, а также литературе, рекомендованной преподавателем.

По согласованию с преподавателем или по его заданию студенты готовят рефераты по отдельным темам дисциплины, выступают на занятиях с докладами. Основу докладов составляет, как правило, содержание подготовленных студентами рефератов.

При выступлении с докладом и презентацией оценивается содержательная часть и сопровождение защиты. К содержательной части предъявляются следующие требования: полнота раскрытия темы, емкость представленных слайдов, образность и доступность представленного наглядного материала, гармоничное использование анимационных эффектов при согласованности с защищаемым материалом, единый стиль оформления презентации, общая идея. Защита (текст) должна совпадать с содержанием презентации, говорить необходимо громко, четко.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает по результатам опроса, тестирования, а также по результатам подготовленных рефератов.

В процессе обучения преподаватели используют активные формы работы со студентами: привлечение студентов к творческому процессу на практических занятиях, промежуточный контроль путем отработки студентами пропущенных занятий, участие в групповых и индивидуальных консультациях (собеседовании). Эти формы способствуют выработке у студентов умения работать с учебником и литературой. Изучение литературы составляет значительную часть самостоятельной работы студента.

Самостоятельная работа студентов наряду с аудиторной представляет одну из форм учебного процесса и является существенной его частью. Самостоятельная работа - это

планируемая работа студентов, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Самостоятельная работа предназначена не только для овладения каждой дисциплиной, но и для формирования навыков самостоятельной работы вообще, в учебной, научной, профессиональной деятельности, способности принимать на себя ответственность, самостоятельно решить проблему, находить конструктивные решения, выход из кризисной ситуации и т.д.

Самостоятельная работа дает студентам возможность равномерно распределить нагрузку, способствует более глубокому и качественному освоению учебного материала. В случае необходимости студенты обращаются за консультацией к преподавателю по вопросам дисциплины с целью освоения и закрепления компетенций.

Магистрантам следует добросовестно выполнять все виды работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины. Заменить пропущенные занятия по одному разделу невозможно посещением занятий по другим темам. В случае пропуска занятий по уважительным причинам, задания, а также количество набранных в процессе занятий баллов можно будет узнать у преподавателя.

11 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Libreoffice операционная система Windows
Антивирус Касперского (или ESETNOD)

12 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и практического типа оснащены проектором, ноутбуком, электронными презентациями. Спортивные залы кафедры физического воспитания, оснащенные необходимым оборудованием и инвентарем.

13 Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются их индивидуальные психофизические особенности. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

Для лиц с нарушением слуха возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий, напечатанные увеличенным шрифтом), на аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных материалов и т.д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

Для лиц с нарушением зрения допускается аудиальное предоставление информации, а также использование на аудиторных занятиях звукозаписывающих устройств (диктофонов и т.д.). Допускается присутствие на занятиях ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении промежуточной аттестации для лиц с нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, на аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее место, передвигаться по аудитории, прочитать задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).

14 Лист дополнений и изменений, внесённых в рабочую программу дисциплины

Номер изменения	Номера страниц				Всего страниц	Дата	Основание для изменения и подпись лица, проводившего изменения
	изме- нённых	заме- нённых	аннули- рованных	новых			