

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ
ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН И ЕДИНОБОРСТВ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.08.02 ПРЕДМЕТНО-СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ
(ПРОФИЛЬ СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА)
Б1.О.08.02.04 ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ СПОРТИВНОЙ
ПОДГОТОВКИ

Направление подготовки – 44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) – «Физическая культура» и «Дополнительное образование (спортивная подготовка)»

Квалификация выпускника: Бакалавр

Форма и сроки обучения – очная (5 лет), заочная (5 л. 6 м.)

Форма обучения	Семестр	Трудоемкость	Виды учебной работы					СРС	Форма аттестации
			Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Промежуточный контроль	СРС		
очная	9	108	18	30			60	зачет	
заочная	5 курс	108	6	8		3	91	зачет	

Махачкала
2021

Омаров О.М. Рабочая программа дисциплины «Планирование и контроль спортивной подготовки». Махачкала: ДГПУ, 2021. 37 с.

Программа утверждена на заседаниях:

кафедры спортивных дисциплин и единоборств
(протокол № 8 от «23» апреля 2021 г.)

Зав. кафедрой Мансуров Т.М., к.п.н., доцент
(ФИО, ученое звание)


(подпись)

Ученом совете факультета
(протокол № 8 от «29» апреля 2021г.)

Председатель совета 
(ФИО, ученое звание)

(подпись)

методическом совете ДГПУ
(протокол № 3 от «31» мая 2021г.)

Председатель совета: д.фил.н., профессор И.А. Дибиров
(ФИО, ученое звание)


(подпись)

© ФГБОУ ВО «ДГПУ», 2021

© О.М. Омаров, 2021

1. Цель и задачи освоения дисциплины.

Целью освоения дисциплины (модуля) «Планирование и контроль спортивной подготовки» является формирование у студентов специальных знаний и умений в области теории и методики спортивной подготовки; овладение технологией планирования процесса спортивной подготовки, как совокупностью методологических и организационно-методических установок, определяющих на конкретный отрезок времени конкретные задачи, подбор, компоновку и порядок задействования наиболее целесообразных средств, методов, организационных форм, материально-технического обеспечения занятий, а также составление конкретной тренировочной документации. Формирование умений организаторских и профессионально-прикладных умений, навыков и компетенций, необходимых для успешной будущей педагогической деятельности; развитие и самореализация творческого потенциала личности.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.

Дисциплина Б1.О.08.02.04 «Планирование и контроль спортивной подготовки» относится **обязательной части** и **Предметно-содержательному модулю (профиль Спортивная подготовка)** учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профили – «Физическая культура» и «Дополнительное образование (спортивная подготовка)».

Дисциплина Б1.О.08.02.04 «Планирование и контроль спортивной подготовки» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения дисциплин «Основы медицинских знаний», «Анатомия», «Педагогика», «Физиология», «Физическая культура и спорт», «Спортивная подготовка обучающихся», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Баскетбол», «Волейбол».

Компетенции сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения содержания дисциплин «Футбол», «Гандбол», «Спортивные игры» «Организация дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта», «Организация спортивных соревнований и зрелищных мероприятий», «Планирование и контроль спортивной подготовки», «Профессиональная деятельность детского тренера по базовым видам спорта», выполнения заданий (учебной, производственной практик, научно-исследовательской работы и выпускной квалификационной работы).

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине.

В результате освоения содержания программы у бакалавра должны быть сформированы компетенции: ОПК-2, ОПК-3, ПК-5.

Формируемые компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Код и наименование индикатора достижения компетенции)
Код и наименование	
Универсальные компетенции	
Общепрофессиональные компетенции	
ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)	ОПК-2.1. Разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования. ОПК-2.2. Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся. ОПК-2.3. Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ, и их элементов.
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями	ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованное содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся. ОПК-3.3.

федеральных государственных образовательных стандартов	<p>Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.</p> <p>ОПК-3.4.</p> <p>Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления.</p>
Профессиональные компетенции	
<p>ПК-5. Способен к осуществлению отбора содержания начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования школьников, адекватного ожидаемым результатам стандарта, возрастным особенностям обучающихся.</p>	<p>ПК-5.1. Знает приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологию учета возрастных особенностей обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету.</p> <p>ПК-5.2. Умеет: критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психолого-педагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных и дополнительных общеобразовательных программ и обеспечивать их выполнение в соответствии с требованиями федеральных стандартов.</p> <p>ПК-5.3. Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями целевой аудитории</p>

4. Трудоемкость изучения дисциплины.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов).
Дисциплина изучается в IX семестре.

Вид учебной работы	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Аудиторные занятия (всего)	48	14
Лекции	18	6
Практические занятия (ПЗ)	30	8
Семинары (С)		
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	60	91
Проработка материала лекций, подготовка к занятиям		
Самостоятельное изучение тем		
Экзамен		
Курсовой проект (работа)		
Расчетно-графические работы		
Контрольные работы		
Реферат		
Промежуточный контроль		3
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
Общая трудоемкость	108	108

5. Содержание дисциплины (модуля).

5.1. Тематический план.

№	Наименование раздела (темы) дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость их изучения													
		Лекции				Практические занятия				Лабораторные занятия		Самостоятельная работа		Промежуточный контроль	
		очно	из них на практическую подготовку	ЗФО	из них на практическую подготовку	очно	из них на практическую подготовку	ЗФО	из них на практическую подготовку	очно	ЗФО	очно	ЗФО	очно	ЗФО
1	Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва.	6	2	2		6	2					10	16	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	
2	Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки.	6	2	2		8	4	2	1			14	19	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	
3	Задачи и организация педагогического контроля в системе управления подготовкой спортивного резерва.	6	2	2		8	4	2	1			16	24	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	
4	Методика построения тренировочного процесса					8	4	4	2			20	32	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	
	ИТОГО	18		6		30		8				60	91		
	Промежуточный контроль												3	зачет	

5.2. Содержание разделов дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).

№	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание
Тема		
1. Содержание лекционного курса		
1.1.	«Планирование в системе управления подготовки спортсменов»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Теоретико-методические основания организации управления процессом спортивной тренировки (закономерности, подходы, принципы, функции). 2. Компоненты управления подготовкой спортсменов. 3. Этапы управления подготовкой спортивного резерва.
1.2	«Задачи и сущность планирования учебно-тренировочного процесса»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Определение понятия. 2. Задачи и функции планирования в системе спортивной подготовки. 3. Требования к планированию спортивной тренировки. 4. Внешние и внутренние факторы планирования.
1.3	«Виды тренировочных планов»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Требование к структуре тренировочных планов. 2. Задачи и структура перспективных (многолетних) планов. 3. Задачи и структура текущих (годовой, полугодовой или отдельный этап) планов. 4. Задачи и структура оперативных планов (месячный, недельный циклы или отдельное учебно-тренировочное занятие).
1.4	«Основы рационального планирования общей и специальной физической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Значение физической подготовки в процессе формирования спортивного мастерства обучающихся. 2. Задачи общей физической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 3. Задачи специальной физической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 4. Примерное соотношение общей и специальной физической подготовки в годичном цикле тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации.
1.5	«Основы рационального планирования теоретической, психологической и интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта. 2. Задачи спортивно-технической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 3. Задачи тактической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 4. Объем технико-тактической подготовки на этапах годичного цикла тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации. 5. Значение теоретической, психологической и интегральной подготовки в системе формирования спортивного мастерства обучающихся. 6. Задачи и содержание теоретической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 7. Задачи психологической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 8. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта.
1.6	«Задачи и организация педагогического контроля параметров учебно-тренировочного процесса и уровня подготовленности занимающихся в спортивной школе»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Значение и задачи педагогического контроля в системе подготовки спортивного резерва. 2. Виды и формы контроля, используемые на практике спортивных школ. 3. Моделирование в системе управления подготовкой юных спортсменов. 4. Требования к организации и содержанию тестирования юных спортсменов.
1.7	«Организационные и процессуальные условия эффективного планирования учебно-тренировочного процесса в спортивной школе»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика нормативного обеспечения организации учебно-тренировочного процесса. 2. Материально-технические условия проведения учебно-тренировочного процесса. 3. Особенности организации учебно-тренировочного процесса различных видов спорта.
1.8	«Структура и содержание»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Задачи и формы перспективного планирования. 2. Структура многолетнего планирования.

	перспективного (многолетнего) планирования. Этапы перспективного планирования»	3. Этапы подготовки и динамика соотношения средств спортивной тренировки по годам обучения в ДЮСШ.
2. Темы практических/семинарских занятий		
2.1	«Задачи и сущность планирования учебно-тренировочного процесса»	1. Роль и место планирования в системе управления спортивной подготовки. 2. Основные терминологические понятия в системе планирования спортивной тренировки. 3. Функции планирования в системе подготовки спортивного резерва.
2.2	«Виды тренировочных планов»	1. Требование к структуре тренировочных планов. 2. Задачи и структура перспективных (многолетних) планов. 3. Задачи и структура текущих (годовой, полугодовой) планов. 4. Задачи и структура оперативных планов (месячный, недельный или отдельное учебно-тренировочное занятие).
2.3	«Структура и содержание перспективного (многолетнего) планирования»	1. Цели и задачи перспективного планирования на этапах обучения в ДЮСШ. 2. Внешние и внутренние факторы рационального планирования подготовки спортивного резерва. 3. Этапы перспективного планирования.
2.4	«Планирование учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки учебно-тренировочных группах спортивных школ»	1. Задачи учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах ДЮСШ. 2. Особенности учебно-тренировочного процесса с учащимися групп начальной подготовки и спортивно-тренировочных групп спортивных школ. 3. Соотношение разделов тренировки юных спортсменов в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах различных специализаций.
2.5	«Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки»	1. Значение физической подготовки в процессе формирования спортивного мастерства обучающихся. 2. Задачи общей физической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 3. Задачи специальной физической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта 4. Примерное соотношение общей и специальной физической подготовки в годичном цикле тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации.
2.6	«Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки»	1. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта. 2. Задачи спортивно-технической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 3. Задачи тактической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 4. Объем технико-тактической подготовки на этапах годичного цикла тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации.
2.7	«Основы рационального планирования теоретической, психологической и интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки»	1. Значение теоретической, психологической и интегральной подготовки в системе формирования спортивного мастерства обучающихся. 2. Задачи и содержание теоретической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 3. Задачи психологической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 4. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 5. Сформулировать задачи в области теоретической, психологической и интегральной подготовки для учебно-тренировочных групп ДЮСШ (по избранной спортивной специализации) на этапах годичного цикла тренировки.
2.8	«Организация и планирование воспитательной работы с учащимися спортивных школ»	1. Роль и место воспитательной работы в системе подготовки спортивного резерва. 2. Характеристика форм и методов воспитательной работы с юными спортсменами. 3. Задачи и планирование воспитательной работы в образовательном процессе спортивной школы.
2.9	«Задачи и организация педагогического контроля параметров учебно-тренировочного	1. Значение и задачи педагогического контроля в системе подготовки спортивного резерва. 2. Виды и формы контроля, используемые на практике спортивных школ. 3. Моделирование в системе управления подготовкой юных спортсменов.

	процесса и уровня подготовленности занимающихся в спортивной школе»	4. Требования к организации и содержанию тестирования юных спортсменов.
2.10	«Планирование учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования»	1. Задачи учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования ДЮСШ. 2. Особенности учебно-тренировочного процесса с учащимися групп спортивного совершенствования спортивных школ. 3. Соотношение разделов подготовки юных спортсменов в годичном цикле тренировки в группах спортивного совершенствования ДЮСШ.
2.11	«Планирование учебно-тренировочного процесса в группах в группах высшего спортивного мастерства»	1. Задачи учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства. 2. Особенности учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства. 3. Соотношение разделов подготовки юных спортсменов в годичном цикле тренировки в группах высшего спортивного мастерства.
2.12	«Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Методика построения микроциклов».	1. Структура тренировочного процесса, как основа его целостной упорядоченности. 2. Тренировочные занятия как элементы структуры микроциклов. Общая структура занятий. Основная педагогическая направленность занятий. Нагрузка в занятии. Типы и организация занятий. Формы организации занятий. Методика построения занятий. 3. Понятие «микроцикла», его продолжительность. Основы построения микроциклов. Основные факторы, влияющие на структуру микроциклов. Типы микроциклов. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
2.13	«Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Методика построения мезоциклов».	1. Понятие о тренировочном «мезоцикле» и его продолжительности. Основы структуры мезоциклов. Внешние признаки средних циклов. 2. Мезоцикл, как система микроциклов. Типы мезоциклов. 3. Сочетание микроциклов в мезоцикле. Проблемы изучения и перспективы оптимального построения тренировки в рамках мезоциклов.
2.14	«Структура больших циклов тренировки (макроциклов) и технология их построения».	1. Проблема периодизации спортивной тренировки. Дискуссионные моменты современного состояния проблемы. Особенности периодизации тренировки в различных видах спорта. 2. Закономерности развития спортивной формы, ее критерии и общие закономерности развития. Соотношение фаз развития спортивной формы и периодов тренировки. Внешние условия периодизации спортивной тренировки. Особенности построения тренировки в различные периоды большого цикла тренировки. 3. Определяющие черты подготовленного периода в большом тренировочном цикле; задачи, особенности состава средств, методов и соотношения разделов подготовки спортсмена, особенности динамики нагрузок и поэтапного построения тренировки, характерные для этого периода. Система мезоциклов, типичная для подготовленного периода. 4. Определяющие черты соревновательного периода в большом тренировочном цикле. Особенности тренировочного процесса в соревновательном периоде. Условия сохранения спортивной формы в соревновательном периоде большой продолжительности; «промежуточные» мезоциклы, как необходимый компонент его структуры. 5. Закономерности непосредственной подготовки к основным состязаниям. Структура непосредственной подготовки к основным соревнованиям сезона. Последние дни перед стартом, в день соревнований, в день главного старта. 6. Определяющие черты переходного периода в большом тренировочном цикле. Специфические задачи, решаемые в этом периоде; характерные для него особенности состава средств, методов, форм построения занятий и общего режима нагрузки.

2.15	«Особенности управления и контроля в спорте».	<p>1. Роль управления в современном спорте и информационное обеспечение управления. Тренировочный процесс как объект управления. Стадии, цель, виды управления. Типы состояния: этапное, текущее, оперативное. Общая схема управления в спортивной тренировке. Содержание нормативных требований по видам подготовки для спортсменов различного возраста и уровня спортивного мастерства.</p> <p>2. Комплексный контроль как единство педагогического, врачебного, научного контроля и самоконтроля спортсмена; проблема выбора наиболее информативных контрольных показателей, отражающих ход подготовки, состояние и динамику подготовленности спортсмена.</p> <p>3. Формы фиксации результатов контроля, методы их обработки и анализа. Особенности текущего поэтапного контроля в процессе подготовки спортсмена. Специальные проблемы углубленного комплексного контроля в спорте высших достижений. Планирование и контроль как органически взаимосвязанные условия целесообразного управления процессом спортивной подготовки.</p> <p>4. Перспективы совершенствования планирования и контроля в системе подготовки спортсмена.</p>
------	---	--

5.3. Тематика практических (семинарских, лабораторных) занятий и перечень заданий.

№	Тема практического (семинарского) занятия	Задания (или вопросы) для обсуждения на практическом занятии	Форма отчетности	Литература
1	«Задачи и сущность планирования учебно-тренировочного процесса»	<p>1. Роль и место планирования в системе управления спортивной подготовки.</p> <p>2. Основные терминологические понятия в системе планирования спортивной тренировки.</p> <p>3. Функции планирования в системе подготовки спортивного резерва.</p> <p>4. Практическое задание: заполнить терминологический словарь основными понятиями, используемыми в процессе планирования и управления учебно-тренировочным процессом.</p>		
2	«Виды тренировочных планов»	<p>1. Требование к структуре тренировочных планов.</p> <p>2. Задачи и структура перспективных (многолетних) планов.</p> <p>3. Задачи и структура текущих (годовой, полугодовой) планов.</p> <p>4. Задачи и структура оперативных планов (месячный, недельный или отдельное учебно-тренировочное занятие).</p> <p>5. Практическое задание: составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по избранной спортивной специализации для учащихся спортивной школы (год обучения в ДЮСШ по выбору).</p>	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	<p>1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., 2016. 495 с.</p> <p>2. Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с.</p> <p>3. Гимнастика / Под ред. М.Л. Украна, А.М. Шлемина. М., 1977. 422 с.</p> <p>4. Гимнастика и методика преподавания / Под ред. В.М. Смоленского. М., 1987. 336 с.</p>
3	«Структура и содержание перспективного (многолетнего) планирования»	<p>1. Цели и задачи перспективного планирования на этапах обучения в ДЮСШ.</p> <p>2. Внешние и внутренние факторы рационального планирования подготовки спортивного резерва.</p> <p>3. Этапы перспективного планирования.</p> <p>4. Практическое задание: составить пояснительную записку и примерный перспективный план подготовки юного спортсмена по избранной спортивной специализации на этапе обучения в ДЮСШ.</p>		
4	«Планирование учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки учебно-тренировочных группах»	<p>1. Задачи учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах ДЮСШ.</p> <p>2. Особенности учебно-тренировочного процесса с учащимися групп начальной подготовки и спортивно-тренировочных групп спортивных школ.</p> <p>3. Соотношение разделов тренировки юных спортсменов в группах начальной подготовки и</p>	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	

	спортивных школ»	учебно-тренировочных группах различных специализаций. 4. Практическое задание: демонстрация навыков планирования и проведения фрагментов учебно-тренировочных занятий или мероприятий физкультурно-оздоровительного характера		
5	«Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки»	1. Значение физической подготовки в процессе формирования спортивного мастерства обучающихся. 2. Задачи общей физической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 3. Задачи специальной физической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта 4. Примерное соотношение общей и специальной физической подготовки в годичном цикле тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации. 5. Практическое задание: Составить комплекс упражнений для занятия по общей физической подготовке. Проведение фрагмента занятия по общей физической подготовке с использованием спортивного инвентаря		
6	«Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки»	1. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта. 2. Задачи спортивно-технической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 3. Задачи тактической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 4. Объем технико-тактической подготовки на этапах годичного цикла тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации. 5. Практическое задание: анализ материала и его изложение; самостоятельное выделения из всего учебного материала информации основных его аспектов; раскрыть суть темы в краткой по объему и емкой по содержанию форме.	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., 2016. 495 с. 2. Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с. 3. Гимнастика / Под ред. М.Л. Украна, А.М. Шлемина. М., 1977. 422 с. 4. Гимнастика и методика преподавания / Под ред. В.М. Смолевского. М., 1987. 336 с.
7	«Основы рационального планирования теоретической, психологической и интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки»	1. Значение теоретической, психологической и интегральной подготовки в системе формирования спортивного мастерства обучающихся. 2. Задачи и содержание теоретической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 3. Задачи психологической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 4. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта. 5. Практическое задание: сформулировать задачи в области теоретической, психологической и интегральной подготовки для учебно-тренировочных групп ДЮСШ (по избранной спортивной специализации) на этапах годичного цикла тренировки.		
8	«Организация и планирование воспитательной работы с учащимися спортивных школ»	1. Роль и место воспитательной работы в системе подготовки спортивного резерва. 2. Характеристика форм и методов воспитательной работы с юными спортсменами. 3. Задачи и планирование воспитательной работы в образовательном процессе спортивной школы. 4. Практическое задание: раскрыть сущность цели и основных задач, реализуемых в образовательном процессе спортивной школы в соответствии с общими установками социальной системы воспитания.	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., 2016. 495 с. 2. Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л.

9	«Задачи и организация педагогического контроля параметров учебно-тренировочного процесса и уровня подготовленности занимающихся в спортивной школе»	<p>1. Значение и задачи педагогического контроля в системе подготовки спортивного резерва.</p> <p>2. Виды и формы контроля, используемые практике спортивных школ.</p> <p>3. Моделирование в системе управления подготовкой юных спортсменов.</p> <p>4. Требования к организации и содержанию тестирования юных спортсменов.</p> <p>5. Практическое задание: дать характеристику основных слагаемых и аспекты педагогического контроля. Направленность контроля на получение исходных данных, необходимых для планирования и рационального построения занятий, данных о характере, объеме и интенсивности воздействий, осуществляемых в учебно-тренировочном процессе</p>		<p>Журавина, Н.К. Меньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с.</p> <p>3. Гимнастика / Под ред. М.Л. Украна, А.М. Шлемина. М., 1977. 422 с.</p> <p>4. Гимнастика и методика преподавания / Под ред. В.М. Смоленского. М., 1987. 336 с.</p>
10	«Планирование учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования»	<p>1. Задачи учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования ДЮСШ.</p> <p>2. Особенности учебно-тренировочного процесса с учащимися групп спортивного совершенствования спортивных школ.</p> <p>3. Соотношение разделов подготовки юных спортсменов в годичном цикле тренировки в группах спортивного совершенствования ДЮСШ.</p> <p>4. Практическое задание: описать планирование как предвидение реального хода учебно-тренировочного процесса. Раскрыть основные аспекты планирования: планирование результирующих показателей, материала занятий и параметров, связанных с ними нагрузок, методических подходов и общего порядка построения учебно-тренировочного процесса.</p>		
11	«Планирование учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства»	<p>1. Задачи учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства.</p> <p>2. Особенности учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства.</p> <p>3. Соотношение разделов подготовки юных спортсменов в годичном цикле тренировки в группах высшего спортивного мастерства.</p> <p>4. Практическое задание: определить основные задачи учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства. Раскрыть Особенности учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства.</p>		<p>1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., 2016. 495 с.</p> <p>2. Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с.</p> <p>3. Гимнастика / Под ред. М.Л. Украна, А.М. Шлемина. М., 1977. 422 с.</p> <p>4. Гимнастика и методика преподавания / Под ред. В.М. Смоленского. М., 1987. 336 с.</p>
12	«Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Методика построения микроциклов».	<p>1. Структура тренировочного процесса, как основа его целостной упорядоченности.</p> <p>2. Тренировочные занятия как элементы структуры микроциклов. Общая структура занятий. Основная педагогическая направленность занятий. Нагрузка в занятии. Типы и организация занятий. Формы организации занятий. Методика построения занятий.</p> <p>3. Понятие «микроцикла», его продолжительность. Основы построения микроциклов. Основные факторы, влияющие на структуру микроциклов. Типы микроциклов. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.</p> <p>4. Практическое задание: определить структуру отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Раскрыть понятие «тренировочное занятие» как относительно завершенный элемент тренировочного процесса. Составить примерный план-конспект учебно-тренировочного занятия.</p>	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	
13	«Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Методика	<p>1. Понятие о тренировочном «мезоцикле» и его продолжительности. Основы структуры мезоциклов. Внешние признаки средних циклов.</p> <p>2. Мезоцикл, как система микроциклов. Типы мезоциклов.</p>		

	построения мезоциклов».	<p>3. Сочетание микроциклов в мезоцикле. Проблемы изучения и перспективы оптимального построения тренировки в рамках мезоциклов.</p> <p>4. Практическое задание: определить структуру средних циклов тренировки (мезоциклов). Раскрыть понятие «мезоцикл» как систему микроциклов, составляющих относительно законченный этап (подэтап) тренировочного процесса; определяющие черты мезоциклов и закономерности построения тренировки в рамках данных циклов.</p>		
14	«Структура больших циклов тренировки (макроциклов) и технология их построения».	<p>1. Проблема периодизации спортивной тренировки. Дискуссионные моменты современного состояния проблемы. Особенности периодизации тренировки в различных видах спорта.</p> <p>2. Закономерности развития спортивной формы, ее критерии и общие закономерности развития. Соотношение фаз развития спортивной формы и периодов тренировки. Внешние условия периодизации спортивной тренировки. Особенности построения тренировки в различные периоды большого цикла тренировки.</p> <p>3. Определяющие черты подготовленного периода в большом тренировочном цикле; задачи, особенности состава средств, методов и соотношения разделов подготовки спортсмена, особенности динамики нагрузок и поэтапного построения тренировки, характерные для этого периода. Система мезоциклов, типичная для подготовленного периода.</p> <p>4. Определяющие черты соревновательного периода в большом тренировочном цикле. Особенности тренировочного процесса в соревновательном периоде. Условия сохранения спортивной формы в соревновательном периоде большой продолжительности; «промежуточные» мезоциклы, как необходимый компонент его структуры.</p> <p>5. Закономерности непосредственной подготовки к основным состязаниям. Структура непосредственной подготовки к основным соревнованиям сезона. Последние дни перед стартом, в день соревнований, в день главного старта.</p> <p>6. Определяющие черты переходного периода в большом тренировочном цикле. Специфические задачи, решаемые в этом периоде; характерные для него особенности состава средств, методов, форм построения занятий и общего режима нагрузки.</p> <p>7. Практическое задание: описать структуру больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых и полугодовых, многомесячных. Раскрыть основы периодизации круглогодичной тренировки.</p>	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	<p>1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., 2016. 495 с.</p> <p>2. Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с.</p> <p>3. Гимнастика / Под ред. М.Л. Украна, А.М. Шлемина. М., 1977. 422 с.</p> <p>4. Гимнастика и методика преподавания / Под ред. В.М. Смолевского. М., 1987. 336 с.</p>
15	«Особенности управления и контроля в спорте».	<p>1. Роль управления в современном спорте и информационное обеспечение управления. Тренировочный процесс как объект управления. Стадии, цель, виды управления. Типы состояния: этапное, текущее, оперативное. Общая схема управления в спортивной тренировке. Содержание нормативных требований по видам подготовки для спортсменов различного возраста и уровня спортивного мастерства.</p> <p>2. Комплексный контроль как единство педагогического, врачебного, научного контроля и самоконтроля спортсмена; проблема выбора наиболее информативных контрольных показателей, отражающих ход подготовки, состояние и динамику подготовленности спортсмена.</p> <p>3. Формы фиксации результатов контроля,</p>	устный опрос; тест; реферат; проектные методико-практические задания	

		<p>методы их обработки и анализа. Особенности текущего поэтапного контроля в процессе подготовки спортсмена. Специальные проблемы углубленного комплексного контроля в спорте высших достижений. Планирование и контроль как органически взаимосвязанные условия целесообразного управления процессом спортивной подготовки.</p> <p>4. Перспективы совершенствования планирования и контроля в системе подготовки спортсмена.</p> <p>5. Практическое задание: раскрыть планирование и контроль как органически взаимосвязанные условия целесообразного управления процессом спортивного совершенствования.</p>		
--	--	---	--	--

5.3.1. Содержание практических/семинарских занятий

5 курс_IX семестр

Занятие №1

«Задачи и сущность планирования учебно-тренировочного процесса».

1. Роль и место планирования в системе управления спортивной подготовки.
2. Основные терминологические понятия в системе планирования спортивной тренировки.
3. Функции планирования в системе подготовки спортивного резерва.
4. **Практическое задание:** заполнить терминологический словарь основными понятиями, используемыми в процессе планирования и управления учебно-тренировочным процессом.

Занятие №2

«Виды тренировочных планов».

1. Требования к структуре тренировочных планов.
2. Задачи и структура перспективных (многолетних) планов.
3. Задачи и структура текущих (годовой, полугодовой) планов.
4. Задачи и структура оперативных планов (месячный, недельный или отдельное учебно-тренировочное занятие).
5. **Практическое задание:** составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по избранной спортивной специализации для учащихся спортивной школы (год обучения в ДЮСШ по выбору).

Занятие №3

«Структура и содержание перспективного (многолетнего) планирования».

1. Цели и задачи перспективного планирования на этапах обучения в ДЮСШ.
2. Внешние и внутренние факторы рационального планирования подготовки спортивного резерва.
3. Этапы перспективного планирования.
4. **Практическое задание:** составить пояснительную записку и примерный перспективный план подготовки юного спортсмена по избранной спортивной специализации на этапе обучения в ДЮСШ.

Занятие №4

«Планирование учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки учебно-тренировочных группах спортивных школ».

1. Задачи учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах ДЮСШ.
2. Особенности учебно-тренировочного процесса с учащимися групп начальной подготовки и спортивно-тренировочных групп спортивных школ.
3. Соотношение разделов тренировки юных спортсменов в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах различных специализаций.

Занятие №5

«Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки».

1. Значение физической подготовки в процессе формирования спортивного мастерства обучающихся.
2. Задачи общей физической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта.
3. Задачи специальной физической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта
4. Примерное соотношение общей и специальной физической подготовки в годичном цикле тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации.

Занятие №6

«Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки».

1. Значение технико-тактической подготовки спортсменов в различных видах спорта.
2. Задачи спортивно-технической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта.
3. Задачи тактической подготовки на этапах годичного цикла тренировки в различных видах спорта.
4. Объем технико-тактической подготовки на этапах годичного цикла тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации.

Занятие №7

«Основы рационального планирования теоретической, психологической и интегральной подготовки на этапах годового цикла тренировок».

1. Значение теоретической, психологической и интегральной подготовки в системе формирования спортивного мастерства обучающихся.

2. Задачи и содержание теоретической подготовки на этапах годового цикла тренировок в различных видах спорта.

3. Задачи психологической подготовки на этапах годового цикла тренировок в различных видах спорта.

4. Задачи и формы интегральной подготовки на этапах годового цикла тренировок в различных видах спорта.

5. Сформулировать задачи в области теоретической, психологической и интегральной подготовки для учебно-тренировочных групп ДЮСШ (по избранной спортивной специализации) на этапах годового цикла тренировок.

Занятие №8

«Организация и планирование воспитательной работы с учащимися спортивных школ».

1. Роль и место воспитательной работы в системе подготовки спортивного резерва.

2. Характеристика форм и методов воспитательной работы с юными спортсменами.

3. Задачи и планирование воспитательной работы в образовательном процессе спортивной школы.

Занятие №9

«Задачи и организация педагогического контроля параметров учебно-тренировочного процесса и уровня подготовленности занимающихся в спортивной школе».

1. Значение и задачи педагогического контроля в системе подготовки спортивного резерва.

2. Виды и формы контроля, используемые на практике спортивных школ.

3. Моделирование в системе управления подготовкой юных спортсменов.

4. Требования к организации и содержанию тестирования юных спортсменов.

Занятие №10

«Планирование учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования».

1. Задачи учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования ДЮСШ.

2. Особенности учебно-тренировочного процесса с учащимися групп спортивного совершенствования спортивных школ.

3. Соотношение разделов подготовки юных спортсменов в годовом цикле тренировок в группах спортивного совершенствования ДЮСШ.

Занятие №11

«Планирование учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства».

1. Задачи учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства.

2. Особенности учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства.

3. Соотношение разделов подготовки юных спортсменов в годовом цикле тренировок в группах высшего спортивного мастерства.

Занятие №12

«Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Методика построения микроциклов».

1. Структура тренировочного процесса, как основа его целостной упорядоченности.

2. Тренировочные занятия как элементы структуры микроциклов. Общая структура занятий. Основная педагогическая направленность занятий. Нагрузка в занятии. Типы и организация занятий. Формы организации занятий. Методика построения занятий.

3. Понятие «микроцикла», его продолжительность. Основы построения микроциклов. Основные факторы, влияющие на структуру микроциклов. Типы микроциклов. Общие основы чередования занятий с различными по величине и направленности нагрузками.

Занятие №13

«Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Методика построения мезоциклов».

1. Понятие о тренировочном «мезоцикле» и его продолжительности. Основы структуры мезоциклов. Внешние признаки средних циклов.

2. Мезоцикл, как система микроциклов. Типы мезоциклов.

3. Сочетание микроциклов в мезоцикле. Проблемы изучения и перспективы оптимального построения тренировки в рамках мезоциклов.

Занятие №14

«Структура больших циклов тренировки (макроциклов) и технология их построения».

1. Проблема периодизации спортивной тренировки. Дискуссионные моменты современного состояния проблемы. Особенности периодизации тренировки в различных видах спорта.

2. Закономерности развития спортивной формы, ее критерии и общие закономерности развития. Соотношение фаз развития спортивной формы и периодов тренировки. Внешние условия периодизации спортивной тренировки. Особенности построения тренировки в различные периоды большого цикла тренировки.

3. Определяющие черты подготовленного периода в большом тренировочном цикле; задачи, особенности состава средств, методов и соотношения разделов подготовки спортсмена, особенности динамики нагрузок и поэтапного построения тренировки, характерные для этого периода. Система мезоциклов, типичная для подготовленного периода.

4. Определяющие черты соревновательного периода в большом тренировочном цикле. Особенности тренировочного процесса в соревновательном периоде. Условия сохранения спортивной формы в соревновательном периоде большой продолжительности; «промежуточные» мезоциклы, как необходимый компонент его структуры.

5. Закономерности непосредственной подготовки к основным состязаниям. Структура непосредственной подготовки к основным соревнованиям сезона. Последние дни перед стартом, в день соревнований, в день главного старта.

6. Определяющие черты переходного периода в большом тренировочном цикле. Специфические задачи, решаемые в этом периоде; характерные для него особенности состава средств, методов, форм построения занятий и общего режима нагрузки.

Занятие №15

«Особенности управления и контроля в спорте».

1. Роль управления в современном спорте информационное обеспечение управления. Тренировочный процесс как объект управления. Стадии, цель, виды управления. Типы состояния: этапное, текущее, оперативное. Общая схема управления в спортивной тренировке. Содержание нормативных требований по видам подготовки для спортсменов различного возраста и уровня спортивного мастерства.

2. Комплексный контроль как единство педагогического, врачебного, научного контроля и самоконтроля спортсмена; проблема выбора наиболее информативных контрольных показателей, отражающих ход подготовки, состояние и динамику подготовленности спортсмена.

3. Формы фиксации результатов контроля, методы их обработки и анализа. Особенности текущего поэтапного контроля в процессе подготовки спортсмена. Специальные проблемы углубленного комплексного контроля в спорте высших достижений. Планирование и контроль как органически взаимосвязанные условия целесообразного управления процессом спортивной подготовки.

4. Перспективы совершенствования планирования и контроля в системе подготовки спортсмена.

5.4. Задания самостоятельной работы

№	Раздел (тема) программы	Кол-во часов	Задания для самостоятельного выполнения	Форма отчетности	Лит-ра
1	Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва.	10/16	Заполнить терминологический словарь основными понятиями, используемыми в процессе планирования и управления учебно-тренировочным процессом. Составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по избранной спортивной специализации для учащихся спортивной школы (год обучения в ДЮСШ по выбору). Составить пояснительную записку и примерный перспективный план подготовки юного спортсмена по избранной спортивной специализации на этапе обучения в ДЮСШ. Демонстрация навыков планирования и проведения фрагментов учебно-тренировочных занятий или мероприятий физкультурно-оздоровительного характера	устный опрос; проектные методико-практические задания	1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., 2016. 495 с. 2. Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с.
2	Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки.	14/19	Составить комплекс упражнений для занятия по общей физической подготовке. Проведение фрагмента занятия по общей физической подготовке с использованием спортивного инвентаря. Сформулировать задачи в области теоретической, психологической и интегральной подготовки для учебно-тренировочных групп ДЮСШ (по избранной спортивной специализации) на этапах годичного цикла тренировки.	устный опрос; проектные методико-практические задания	1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., 2016. 495 с. 2. Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с.
3	Задачи и организация педагогического контроля в системе управления подготовкой спортивного резерва.	16/24	Дать характеристику основным слагаемым и аспектам педагогического контроля. Направленность контроля на получение исходных данных, необходимых для планирования и рационального построения занятий, данных о характере, объеме и интенсивности воздействий, осуществляемых в учебно-тренировочном процессе. Описать планирование как предвидение реального хода учебно-тренировочного процесса. Раскрыть основные аспекты планирования: планирование результирующих показателей, материала занятий и параметров, связанных с ними нагрузок, методических подходов и общего порядка построения учебно-тренировочного процесса.	устный опрос; проектные методико-практические задания	1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., 2016. 495 с. 2. Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с.
4	Методика построения тренировочного процесса	20/32	Определить структуру отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Раскрыть понятие «тренировочное занятие» как относительно завершенный элемент тренировочного процесса. Составить примерный план-конспект учебно-тренировочного занятия.	устный опрос; проектные методико-практические задания	1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. М., 2016. 495 с. 2. Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с.

		<p>Определить структуру средних циклов тренировки (мезоциклов). Раскрыть понятие «мезоцикл» как систему микроциклов, составляющих относительно законченный этап (подэтап) тренировочного процесса; определяющие черты мезоциклов и закономерности построения тренировки в рамках данных циклов.</p> <p>Раскрыть планирование и контроль как органически взаимосвязанные условия целесообразного управления процессом спортивного совершенствования.</p>		
--	--	---	--	--

5.5. Темы рефератов

- «Задачи и сущность планирования учебно-тренировочного процесса».
- «Виды тренировочных планов».
- «Структура и содержание перспективного (многолетнего) планирования».
- «Планирование учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки учебно-тренировочных группах спортивных школ».
- «Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки».
- «Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки».
- «Основы рационального планирования теоретической, психологической и интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки».
- «Организация и планирование воспитательной работы с учащимися спортивных школ».
- «Задачи и организация педагогического контроля параметров учебно-тренировочного процесса и уровня подготовленности занимающихся в спортивной школе».
- «Планирование учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования».
- «Планирование учебно-тренировочного процесса в группах высшего спортивного мастерства».
- «Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Методика построения микроциклов».
- «Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Методика построения мезоциклов».
- «Структура больших циклов тренировки (макроциклов) и технология их построения».
- «Особенности управления и контроля в спорте».
- «Классические и альтернативные модели построения тренировочных макроциклов».
- «Технология построения больших тренировочных циклов».
- «Структура тактической подготовленности и факторы, влияющие на тактику соревновательной деятельности спортсменов».
- «Заключительный этап подготовки (ЗЭП) перед главным соревнованием».
- «Методы воспитания и особенности их применения в спорте (на примере своего вида спорта)».
- «Особенности спортивной подготовки девушек».
- «Гендерные различия в реакции на тренировочную нагрузку».
- «Подготовленность спортсменов и уровень спортивной квалификации. Изменения подготовленности с течением времени».
- «Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки».
- «Совместимость различных упражнений в тренировочном занятии».

5.6. Творческие задания

1. Разработать модель построения фрагмента тренировочного процесса на этапе начальной подготовки с опорой на конкретику избранного вида спорта.
2. Разработать модель (план-конспект) микроцикла (МЦ) тренировочного процесса заданного типа с опорой на конкретику избранного вида спорта.
3. На примере базового вида спорта сформулировать одну общую образовательную задачу и разработать систему частных задач на серию учебно-тренировочных занятий.
4. На примере базового вида спорта сформулировать одну общую воспитательную задачу и разработать систему частных задач на серию учебно-тренировочных занятий.
5. Сформулировать правила технического выполнения двигательного действия и определить способы оценки эффективности техники на примере гимнастических упражнений.

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1. Перечень компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения образовательной программы.

ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)

ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.

ПК-5. Способен к осуществлению отбора содержания начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования школьников, адекватного ожидаемым результатам стандарта, возрастным особенностям обучающихся.

6.2. Комплект контрольных заданий или иные материалы, необходимые для оценивания компетенций.

6.2.1. Примеры тестовых заданий для оценки качества освоения дисциплины (модуля):

1. Под срочной адаптацией организма к физическим нагрузкам понимается:

- а) физиологические сдвиги, происходящие в течение длительного времени занятия спортом;
- б) психологические изменения свойств нервной системы под воздействием упражнений;
- в) физиологические сдвиги, происходящие под воздействием нагрузки в течение тренировочного занятия;
- г) все перечисленное выше верно.

2. Под долговременной адаптацией организма к физическим нагрузкам понимается:

- а) физиологические сдвиги, происходящие в течение длительного времени занятия спортом под воздействием нагрузки;
- б) психологические изменения свойств нервной системы под воздействием упражнений;
- в) физиологические сдвиги, происходящие под воздействием нагрузки в течение тренировочного занятия;
- г) все перечисленное выше верно

3. В структуре тренировочного занятия выделяют подготовительную, основную и заключительную части потому, что:

- а) так тренеру удобнее распределять различные по характеру упражнения;
- б) это обусловлено закономерностями деятельности систем организма и управления физической работоспособностью;
- в) выделение частей обусловлено требованиями соответствующих органов управления;
- г) так принято.

4. Отрицательно влияют на воспитание гибкости чрезмерное развитие:

- а) выносливости;
- б) силы;
- в) быстроты;
- г) координационных способностей

5. Спортивная тренировка – это...

а) повторное выполнение спортивного упражнения для достижения высокого результата;

б) педагогический процесс, включающий обучение физическим упражнениям, развитие его физических и психических способностей;

- в) собственно соревновательная деятельность;
- г) организация деятельности по совершенствованию человека в сфере спорта.

6. Основными специфическими средствами спортивной тренировки являются:

- а) восстановительные средства (баня, массаж, гидропроцедуры);
- б) продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси;
- г) физические упражнения;
- д) мобилизующие, корригирующие средства.

7. Принципы спортивной тренировки представляют собой:

а) регламентирующие положения, важные педагогические правила, рекомендации к построению тренировочного процесса;

- б) способы применения основных средств спортивной тренировки в подготовке спортсмена;
- в) внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсмена;
- г) все выше указанные

8. Средствами технической подготовки спортсмена являются:

- а) общеподготовительные упражнения;
- б) специально-подготовительные упражнения;
- в) соревновательные упражнения;

г) все вышеперечисленные

9. Специально-подготовительные упражнения подразделяются на:

- а) собственно-подготовительные;
- б) подводящие и развивающие
- в) соревновательные;
- г) игровые.

10. Процесс развития спортивной формы характеризуется ... фазами

- а) двумя;
- б) тремя;
- в) четырьмя;
- г) пятью.

11. Соревновательные упражнения – это...

- а) упражнения, которые содержат элементы соревновательного действия, их варианты, а также движения, сходные с ними;
- б) упражнения, служащие преимущественно средствами общей физической подготовки с учетом спортивной специализации;
- в) целостные двигательные действия, которые составляют предмет спортивной специализации;
- г) упражнения специальной физической подготовки

12. Специально-подготовительные упражнения – это...

- а) упражнения, служащие преимущественно средствами общей физической подготовки;
- б) целостные двигательные действия, которые составляют предмет соревновательной деятельности;
- в) упражнения, обеспечивающие формирование важных морально-волевых качеств;
- г) упражнения, служащие преимущественно средствами силовой подготовки.

13. Общеподготовительные упражнения – это упражнения, которые ...

- а) содержат элементы соревновательного действия и их вариантов, а также движения сходные с ними;
- б) целостные двигательные действия, которые составляют предмет соревновательной деятельности;
- в) служащие средствами специальной физической подготовки;
- г) упражнения, служащие преимущественно средствами общей физической подготовки и всесторонней физической подготовки

14. К основным специфическим методам спортивной тренировки относится:

- а) наглядный метод;
- б) словесный метод;
- в) метод строго регламентированного упражнения;
- г) все вышеперечисленные

15. Объем нагрузки – это...

- а) суммарное количество тренировочной работы, выражаемое в количестве тренировочных занятий, количестве повторений упражнений;
- б) темп движений, скорость выполнения упражнений, величина отягощений;
- в) время отдыха между тренировочными занятиями;
- г) выполнение упражнений в предельно короткий отрезок времени.

16. Интенсивность нагрузки – это...

- а) время выполнения упражнений;
- б) темп движений, скорость выполнения упражнений, величина отягощений;
- в) количество выполненных в тренировочном занятии упражнений;
- г) количественная и качественная стороны нагрузки.

17. В системе управления подготовкой спортсмена различают следующие виды контроля:

- а) оперативный, текущий, этапный;
- б) исходный, рубежный, заключительный
- в) основной, итоговый, предварительный;
- г) биохимический, педагогический.

18. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:

- а) формирование максимального фонда двигательных умений и навыков;
- б) наивысший уровень развития физических качеств;
- в) здоровье спортсмена;
- г) наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта.

19. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

- а) втягивающий, базовый, подготовительный;
- б) подготовительный, соревновательный, переходный;
- в) тренировочный, соревновательный;
- г) осенний, зимний, весенний, летний.

20. Тренировочные циклы, на основе которых строится структура годового тренировочного процесса называются:

- а) тренировочными, соревновательными, восстановительными;
- б) микроциклами, мезоциклами, макроциклами;
- в) оперативными, текущими, этапными;
- г) подготовительными, основными, соревновательными.

21. Пульсометрия тренировочного занятия дает возможность определять:

- а) ответную реакцию организма спортсмена на тренировочную нагрузку;
- б) время, затраченное на выполнение физических упражнений;
- в) уровень физической подготовленности спортсмена;
- г) количество упражнений специальной направленности.

22. Более длительного развития в многолетнем цикле тренировок требует:

- а) гибкость;
- б) выносливость;
- в) сила;
- г) ловкость

23. В большей степени зависит от природных данных и поэтому плохо поддается тренировки

- а) выносливость;
- б) быстрота;
- в) сила;
- г) гибкость

24. С помощью хронометража тренировочного занятия определяют:

- а) объем нагрузки;
- б) интенсивность нагрузки;
- в) моторную и общую плотность тренировочного занятия;
- г) индекс нагрузки

25. Число технических действий, которые спортсмен выполняет в тренировке или условиях соревнований определяется:

- а) разносторонностью технической подготовленности;
- б) рациональностью техники;
- в) эффективностью техники;
- г) объем технической подготовленности (общий и соревновательный)

26. Степень разнообразия двигательных действий, которыми владеет спортсмен, характеризует его:

- а) разносторонность технической подготовленности;
- б) рациональность техники;
- в) эффективность техники;
- г) объем технической подготовленности

6.2.2. Вопросы и комплект типовых практических заданий по учебной дисциплине (модулю) для промежуточной аттестации обучающихся (зачет)

Тема. Планирование в системе управления подготовки спортсменов

1. Теоретико-методические основания организации управления процессом спортивной тренировки (закономерности, подходы, принципы, функции).
2. Компоненты управления подготовкой спортсменов.
3. Этапы управления подготовкой спортивного резерва.
4. п

Тема. Задачи и сущность планирования учебно-тренировочного процесса

1. Определение понятия.
2. Задачи и функции планирования в системе спортивной подготовки.
3. Требования к планированию спортивной тренировки.
4. Внешние и внутренние факторы планирования.
5. п

Тема. Виды тренировочных планов

1. Требование к структуре тренировочных планов.
2. Задачи и структура перспективных (многолетних) планов.
3. Задачи и структура текущих (годовой, полугодовой или отдельный этап) планов.
4. Задачи и структура оперативных планов (месячный, недельный циклы или отдельное учебно-тренировочное занятие).
5. п

Тема. Основы рационального планирования общей и специальной физической подготовки на этапах годовичного цикла спортивной тренировки

1. Значение физической подготовки в процессе формирования спортивного мастерства обучающихся.
2. Задачи общей физической подготовки на этапах годовичного цикла тренировки в различных видах спорта.
3. Задачи специальной физической подготовки на этапах годовичного цикла тренировки в различных видах спорта.
4. Примерное соотношение общей и специальной физической подготовки в годовичном цикле тренировки у спортсменов различного возраста и квалификации.
5. п

Тема. Задачи и организация педагогического контроля параметров учебно-тренировочного процесса и уровня подготовленности занимающихся в спортивной школе

1. Значение и задачи педагогического контроля в системе подготовки спортивного резерва.
2. Виды и формы контроля, используемые на практике спортивных школ.
3. Моделирование в системе управления подготовкой юных спортсменов.
4. Требования к организации и содержанию тестирования юных спортсменов.
5. п

Тема. Организационные и процессуальные условия эффективного планирования учебно-тренировочного процесса в спортивной школе

1. Характеристика нормативного обеспечения организации учебно-тренировочного процесса.
2. Материально-технические условия проведения учебно-тренировочного процесса.
3. Особенности организации учебно-тренировочного процесса различных видов спорта.
4. п

Тема. Структура и содержание перспективного (многолетнего) планирования.

Этапы перспективного планирования

1. Задачи и формы перспективного планирования.
2. Структура многолетнего планирования.
3. Этапы подготовки и динамика соотношения средств спортивной тренировки по годам обучения в ДЮСШ.
4. Проектное методико-практическое задание: сконструировать перспективный план по годам обучения в ДЮСШ (на основе освоенной ранее типовой схемы (модели) конструирования перспективного планирования).
5. п

Тема. Задачи и сущность планирования учебно-тренировочного процесса

1. Роль и место планирования в системе управления спортивной подготовки.
2. Основные терминологические понятия в системе планирования спортивной тренировки.
3. Функции планирования в системе подготовки спортивного резерва.
4. Практическое задание: заполнить терминологический словарь основными понятиями, используемыми в процессе планирования и управления учебно-тренировочным процессом.
5. п

Тема. Виды тренировочных планов

1. Требования к структуре тренировочных планов.
2. Задачи и структура перспективных (многолетних) планов.
3. Задачи и структура текущих (годовой, полугодовой) планов.
4. Задачи и структура оперативных планов (месячный, недельный или отдельное учебно-тренировочное занятие).
5. Практическое задание: составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по избранной спортивной специализации для учащихся спортивной школы (год обучения в ДЮСШ по выбору).
6. п

6.2.3. Макеты методических материалов, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности.

МАКЕТ
оформления вопросов для устного опроса (в форме собеседования)
Кафедра спортивных дисциплин и единоборств

Вопросы для практического занятия
по дисциплине «Планирование и контроль спортивной подготовки»

Темы: «Задачи и сущность планирования учебно-тренировочного процесса».

- 1
- 2
- 3
- n

Темы: «Планирование учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки учебно-тренировочных группах спортивных школ».

- 1
- 2
- 3
- n

Любое оценивание, проводимое в форме устного опроса, позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки. Устный опрос обладает большими возможностями воспитательного воздействия преподавателя в процессе непосредственного контакта, создавая условия для его неформального общения со студентом.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично») выставляется студенту, если - см. примечание;
- оценка – 2 балла («хорошо») выставляется студенту, если - см. примечание;
- оценка – 1 балл («удовлетворительно») выставляется студенту, если - см. примечание;
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно») выставляется студенту, если - см. примечание;

Примечание: уровень знаний, умений и навыков студента при *устном ответе* во время текущего/промежуточного контроля определяется оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» по следующим критериям:

Оценка «3» (отлично) ставится, если:

- полно раскрыто содержание материала;
- материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности;
- продемонстрировано системное и глубокое знание программного материала;
- точно используется специальная терминология;
- показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации;
- продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов;
- ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;
- продемонстрирована способность творчески применять знание теории к решению профессиональных задач;
- продемонстрировано знание современной учебной и научной литературы;
- допущены одна-две неточности при освещении второстепенных вопросов, которые исправляются по замечанию.

Оценка «2» (хорошо) ставится, если:

- вопросы излагаются систематизировано и последовательно;
- продемонстрировано умение анализировать материал, однако не все выводы носят аргументированный и доказательный характер;
- продемонстрировано усвоение основной литературы;
- ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «хорошо», но при этом имеет один из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не искажившие содержание ответа; допущены один-два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию преподавателя; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию преподавателя.

Оценка «1» (удовлетворительно) ставится, если:

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала;
- усвоены основные категории по рассматриваемому и дополнительным вопросам;
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов;
- при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций (умений и навыков), студент не может применить теорию в новой ситуации;
- продемонстрировано усвоение основной литературы.

- Оценка «0» (неудовлетворительно) ставится, если:
- не раскрыто основное содержание учебного материала;
 - обнаружено незнание или непонимание большей, или наиболее важной части учебного материала;
 - допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов;
 - не сформированы умения и навыки.

МАКЕТ
оформления проектных методико-практических заданий
(репродуктивный уровень)

Кафедра спортивных дисциплин и единоборств

Методико-практические задания репродуктивного уровня по дисциплине «*Планирование и контроль спортивной подготовки*», в которых очевиден способ решения, усвоенный студентом ранее при изучении учебного материала.

Раздел: «Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва».

1.1. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала, составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по избранной спортивной специализации для учащихся спортивной школы (год обучения в ДЮСШ по выбору).

1.2. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала, составить пояснительную записку и примерный перспективный план подготовки юного спортсмена по избранной спортивной специализации на этапе обучения в ДЮСШ.

.....
Задание n

Ожидаемый(е) результат(ы):

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.
2. Умение собирать, систематизировать и грамотно использовать практический материал в учебном процессе.
3. Умение самостоятельно решать методико-практические задачи на основе изученных методов, приемов, технологий (проектировочных алгоритмов).

.....

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

МАКЕТ
оформления разноуровневых проектных методико-практических заданий
(репродуктивный и творческо-репродуктивный уровни)

Кафедра спортивных дисциплин и единоборств

Проектные методико-практические задания по дисциплине «*Планирование и контроль спортивной подготовки*»: 1) *репродуктивный уровень*, в которых очевиден способ решения, усвоенный студентом ранее при изучении учебного материала, и 2) *творческо-репродуктивный уровень*, в которых студенты моделируют и реализуют собственные проекты, позволяющие осознать специфику профессионально-педагогической деятельности педагога по физической культуре и спорту в рамках планирования и контроля спортивной подготовки.

Раздел: «Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки».

1.1. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала, сформулировать задачи в области общей и специальной физической подготовки для обучающихся в учебно-тренировочных группах спортивных школ (по избранной спортивной специализации) на этапах годичного цикла тренировки.

1.2. Задание: составить план воспитательной работы на год для групп начальной подготовки спортивных школ.

1.3. Задание: сформулировать задачи в области технико-тактической подготовки для обучающихся в группах спортивного совершенствования ДЮСШ (по избранной спортивной специализации) на этапах годичного цикла тренировки).

На предварительном этапе подготовки: самостоятельно разработать (используя ранее освоенные - « типовые схемы (алгоритмы)» и универсальный «алгоритм-инструкцию» технологии целеполагания) - проект, включающий содержательную и технологическую компоненты конструируемого плана воспитательной работы.

Задание n

Ожидаемые результаты:

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.
2. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников.
3. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать практический материал в учебном процессе.
4. Умение самостоятельно решать проблему/задачу на основе изученных методик и технологий планирования.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

Оценка методики/технологии проведения учебно-тренировочного занятия (фрагмента занятия) происходит по следующим критериям:

Оценка	Критерии	Комментарии
«Отлично»	Демонстрация основ технологии целеполагания и планирования содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки: формулировка задач в области общей и специальной физической подготовки для обучающихся в учебно-тренировочных группах спортивных школ (по избранной спортивной специализации) на этапах годичного цикла тренировки; формулировка задачи в области технико-тактической подготовки для обучающихся в группах спортивного совершенствования ДЮСШ (по избранной спортивной специализации) на этапах годичного цикла тренировки). Составление планов воспитательной работы на год для групп начальной подготовки спортивных школ.	Демонстрация умений планирования на основе педагогического анализа; использование адекватных средств обучения, дидактических методов и форм организации учебной деятельности; знание основ специальной терминологии; организация педагогического контроля за процессом обучения и воспитания; решение комплекса образовательных задач - оздоровления, воспитания и обучения.
«Хорошо»	Один-два из вышеперечисленных критериев продемонстрированы недостаточно.	Наличие незначительных ошибок в понимании и планировании содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки, в подборе адекватных средств (физических упражнений) при решении поставленной задачи, однако достаточное владение терминологическим аппаратом.
«Удовлетворительно»	Каждый из критериев продемонстрирован с существенными ошибками.	Наличие незначительных ошибок в понимании и собственно планировании содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки; слабое владение методикой и технологией планирования (подбор средств обучения, организационных форм обучения и форм учебной деятельности) при решении поставленной задачи индивидуального задания, наличие ошибок (50%) в терминологическом обеспечении плана работы.
«Неудовлетворительно»	Наличие грубых ошибок в планировании, методике изложения содержания учебного материала, применении специальной терминологии.	Грубые ошибки при планировании содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки, незнание терминологии, методические погрешности в планировании, отсутствие планируемых результатов планирования образовательных задач.

МАКЕТ
оформления проектных методико-практических заданий
(творческо-репродуктивный уровень)
 Кафедра спортивных дисциплин и единоборств

Проектные методико-практические задания по дисциплине «Планирование и контроль спортивной подготовки»: студенты моделируют собственные проекты процесса обучения (план-конспекты) - учебно-тренировочных занятий по избранной спортивной специализации для учащихся спортивной школы (год обучения в ДЮСШ по выбору), требующие соответственно решения на *проективно-технологической основе*, что способствует качественному формированию у студентов профессиональных компетенций, предметных знаний, умений и навыков.

Разработка студентом проектов учебного процесса (в рамках учебно-тренировочных занятий по избранной спортивной специализации) основана на знании и владении *технологией дидактического проектирования*, что позволяет максимально приблизить условия профессиональной подготовки студентов к реальным условиям проектирования и практической реализации процесса обучения двигательным действиям.

Раздел: «Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва».

1.1. Задание: на основе освоенных ранее - «алгоритм инструкции» проектирования содержания обучения и «модели конструирования операционно-деятельностного компонента» процесса обучения спортивным двигательным действиям, разработать проект учебно-тренировочного занятия по избранной спортивной специализации для учащихся спортивной школы.

1.2. Задание: на основе освоенных ранее - «алгоритм инструкции» проектирования содержания обучения составить пояснительную записку и примерный годовой план подготовки юных спортсменов по избранной спортивной специализации, для обучающихся в группах начальной подготовки или учебно-тренировочных группах.

.....
 Задание n

Ожидаемые результаты:

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.
2. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников.
3. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать практический материал для планирования.
4. Умение самостоятельно решать проблему/задачу на основе изученных методик и технологий проектирования учебно-тренировочных занятий.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

Оценка	Критерии	Комментарии
«Отлично»	Демонстрация основ методики, общих и специальных принципов спортивной тренировки; построения спортивной тренировки в различных циклах; планирования, контроля и учета в процессе спортивной тренировки; знание о влиянии физических упражнений различного характера, направленности и интенсивности на организм спортсмена в зависимости от возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья учащихся в соответствии с задачами обучения, знание терминологии.	Демонстрация умений определить оптимальную физическую нагрузку в соответствии с возрастом, уровнем подготовленности и здоровьем спортсменов; разрабатывать документы планирования учебно-тренировочного процесса спортсменов; оценить характер и степень влияния физических упражнений на организм занимающихся, используя методы контроля и самоконтроля; использование адекватных средств обучения, дидактических методов и форм организации учебной деятельности; знание основ специальной терминологии; организация педагогического контроля за процессом обучения; решение комплекса образовательных задач (оздоровления, воспитания и обучения).
«Хорошо»	Один-два из вышеперечисленных критериев продемонстрированы недостаточно.	Наличие незначительных ошибок в определении оптимальной физической нагрузки для спортсменов; разработке документов планирования учебно-тренировочного процесса спортсменов; оценки характера и степени влияния физических упражнений на организм занимающихся; использовании адекватных средств обучения, дидактических методов и форм организации учебной деятельности; знании специальной терминологии; организации педагогического контроля за процессом обучения; решении комплекса образовательных задач (оздоровления, воспитания и обучения).
«Удовлетворительно»	Каждый из критериев продемонстрирован с существенными ошибками.	Наличие незначительных ошибок в понимании и собственно планировании содержания методики, общих и специальных принципов спортивной тренировки; построения спортивной тренировки в различных циклах; планирования, контроля и учета в процессе спортивной тренировки; знание о влиянии физических упражнений различного характера, направленности и интенсивности на организм спортсмена в зависимости от возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья учащихся в соответствии с задачами обучения, знание специальной терминологии.

«Неудовлетворительно»	Наличие грубых ошибок в построении спортивной тренировки; планировании и учете в процессе спортивной тренировки; определении оптимальной физической нагрузки для спортсменов; наличие грубых ошибок в разработке документов планирования учебно-тренировочного процесса спортсменов.	Грубые ошибки в предварительной разработке и определении на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно- воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся; отсутствие результатов решения образовательных задач учебно-тренировочного процесса.
-----------------------	--	--

**МАКЕТ
оформления комплекта заданий для контрольной работы**

Кафедра спортивных дисциплин и единоборств

Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени (в условиях аудиторной работы – 30-40 минут). Контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

Раздел: «Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва».

Задания. Дать характеристику, описать:

1. Цель, задачи, средства и методы и характерные черты спортивной тренировки.
2. Общие и специальные принципы спортивной тренировки, их реализация в тренировочном процессе.
3. Характеристика принципа цикличности и волнообразности динамики тренировочных нагрузок.
4. Характеристика системы подготовки спортсменов.
5. Материально-техническое обеспечение и влияние факторов внешней среды на подготовку спортсменов.
6. Технология планирования спортивной тренировки.
7. Характеристика этапов многолетней подготовки. Методические положения и структура многолетней подготовки спортсменов.

Задание n:

Раздел: «Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годового цикла спортивной тренировки».

Задания. Дать характеристику, описать:

1. Характеристика малых тренировочных циклов (микроциклов).
2. Особенности построения тренировки в различные периоды большого цикла тренировки.
3. Типовая периодизация большого цикла тренировки. Особенности периодизации в различных видах спорта.
4. Задачи, средства, методы и основная направленность тренировочного процесса на этапе начальной подготовки.
5. Предварительная подготовка как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений (задачи, средства, методы, направленность).
6. Характеристика стадии базовой подготовки спортсменов (этапы и содержание).
7. Типы мезоциклов и методика их построения в системе спортивной тренировки.
8. Типы микроциклов и методика их построения в системе спортивной тренировки.
9. Типы и классификации тренировочных занятий
10. Факторы, влияющие на эффективность заключительного этапа подготовки к соревнованиям.

Задание n:

Раздел: Задачи и организация педагогического контроля в системе управления подготовкой спортивного резерва.

Задания. Дать характеристику, описать:

1. Содержание и организация комплексного контроля подготовленности спортсменов в спортивных школах.
2. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками в подготовке спортсменов.
3. Контроль за физическим состоянием спортсменов в системе спортивной тренировки.
4. Контроль за факторами внешней среды в тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.

Задание n:

Ожидаемые результаты:

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.
2. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников.
3. Умение создавать и применять документы (конспекты), связанные с профессиональной деятельностью.
4. Способность оценивать деятельность других.

Критерии оценки *выполнения* контрольной работы:

- соответствие предполагаемым ответам;

- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

МАКЕТ оформления тем рефератов

Кафедра спортивных дисциплин и единоборств

Примерная тематика рефератов по дисциплине «*Планирование и контроль спортивной подготовки*» (в рамках СРС):

1. «Задачи и сущность планирования учебно-тренировочного процесса».
2. «Виды тренировочных планов».
3. «Структура и содержание перспективного (многолетнего) планирования».
4. «Планирование учебно-тренировочного процесса в группах начальной подготовки учебно-тренировочных группах спортивных школ».
5. «Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки».
6. «Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки».
7. «Основы рационального планирования теоретической, психологической и интегральной подготовки на этапах годичного цикла тренировки».
8. «Организация и планирование воспитательной работы с учащимися спортивных школ».
9. «Задачи и организация педагогического контроля параметров учебно-тренировочного процесса и уровня подготовленности занимающихся в спортивной школе».
10. «Планирование учебно-тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования».
- п.....

Критерии оценки: оценка – *подготовить и защитить реферат* - 1 балл.

Реферирование материала

Защита реферата - одна из форм проведения самостоятельной работы Она предполагает предварительный выбор интересующей проблемы, ее глубокое изучение, изложение результатов и выводов. Термин «реферат» имеет латинские корни и в дословном переводе означает «докладываю, сообщаю».

Требования к оформлению титульного листа. В правом верхнем углу указывается название учебного заведения, в центре - тема реферата, ниже темы справа - Ф.И.О. студента, курс, группа. Ф.И.О. руководителя, внизу - город и год написания.

Оглавление. Следующим после титульного листа должно идти оглавление.

Реферат следует составлять из четырех основных частей: введения, основной части, заключения и списка литературы.

Основные требования к введению. Введение должно включать в себя краткое обоснование актуальности темы реферата, которая может рассматриваться в связи с невыясненностью вопроса в науке, с его объективной сложностью для изучения, а также в связи с многочисленными теориями и спорами, которые вокруг нее возникают. В этой части необходимо также показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и какое может иметь практическое значение. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо из практических соображений. Очень важно, чтобы студент умел выделить цель (или несколько целей), а также задачи, которые требуется решить для реализации цели.

Введение должно содержать также краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, анализируются его сильные и слабые стороны. Объем введения обычно составляет две-три страницы текста.

Требования к основной части реферата. Основная часть реферата содержит материал, который отобран для рассмотрения проблемы. Не стоит требовать очень объемных рефератов, превращая труд в механическое переписывание из различных источников первого попавшегося материала. Средний объем основной части реферата - 10 страниц. Преподавателю при рецензии, а студенту при написании необходимо обратить внимание на обоснованное распределение материала на параграфы, умение формулировать их название, соблюдение логики изложения. Основная часть реферата, кроме содержания, выбранного из разных литературных источников, также должна включать в себя собственное мнение студента и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты.

Требования к заключению. Заключение - часть реферата, в которой формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выполнение поставленных во введении задач и целей (или цели). Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из основной части. Объем заключения 2-3 страницы.

Основные требования к списку изученной литературы: источники должны быть перечислены в алфавитной последовательности (по первым буквам фамилий авторов или по названиям сборников). Необходимо указать место издания, название издательства, год издания.

Выставление оценки. В итоге оценка складывается из ряда моментов: соблюдения формальных требований к реферату грамотного раскрытия темы умения четко рассказать о представленном реферате; способности понять суть задаваемых по работе вопросов и сформулировать точные ответы на них.

6.2.4. Вопросы по учебной дисциплине для промежуточной аттестации обучающихся (зачет)

5 курс IX семестр

Раздел 1. Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва.

1. Какие организации входят в структуру спортивного движения в России?
2. Какие организации ведут непосредственную подготовку спортивного резерва?
3. Что такое ДЮСШ? При каких организациях и каким образом они осуществляют свою работу? Какие группы в них могут быть открыты?
4. Практическое задание: составить план-конспект учебно-тренировочного занятия по избранной спортивной специализации для учащихся спортивной школы (год обучения в ДЮСШ по выбору).
5. Практическое задание: составить пояснительную записку и примерный перспективный план подготовки юного спортсмена по избранной спортивной специализации на этапе обучения в ДЮСШ.
6. Практическое задание: составить пояснительную записку и примерный годовой план подготовки юных спортсменов по избранной спортивной специализации, для обучающихся в группах начальной подготовки или учебно-тренировочных группах.
7. Практическое задание: составить пояснительную записку и примерный годовой план тренировки юных спортсменов по избранной спортивной специализации, обучающихся в группах начальной подготовки.
8. Практическое задание: составить пояснительную записку и примерный годовой план подготовки для групп высшего спортивного мастерства избранной спортивной специализации.

Раздел 2. Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки.

1. Что понимается под термином «спортивные резервы»?
2. Какая группа спортсменов составляет действующий резерв?
3. Какой контингент спортсменов входит в категорию ближайшего резерва?
4. Кто составляет потенциальный спортивный резерв?
5. На каких методических основах строится подготовка спортивного резерва?
6. Практическое задание: Сформулировать задачи в области общей и специальной физической подготовки для обучающихся в учебно-тренировочных группах спортивных школ (по избранной спортивной специализации) на этапах годичного цикла тренировки.
7. Практическое задание: сформулировать задачи в области технико-тактической подготовки для обучающихся в группах спортивного совершенствования ДЮСШ (по избранной спортивной специализации) на этапах годичного цикла тренировки).
8. Практическое задание: Составить план воспитательной работы на год для групп начальной подготовки спортивных школ.

Раздел 3. Задачи и организация педагогического контроля в системе управления подготовкой спортивного резерва.

1. Что представляет собой СДЮШОР? Что является основным показателем их деятельности? Какие группы могут быть в них открыты?
2. Что представляет собой организационная структура УОР?
3. Что представляет собой ШВСМ? С каким контингентом осуществляется в них работа? Какие группы могут быть открыты в ШВСМ?
4. Что представляет собой МЦОП? С каким контингентом осуществляется в них работа?
5. Каковы условия зачисления и перевода спортсменов на разные этапы подготовки в спортивных школах?
6. Практическое задание: составить комплекс тестов и школу оценок для оценки уровня физической и спортивно-технической подготовленности занимающихся в ДЮСШ по избранной спортивной специализации.

**6.3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций,
описание шкал оценивания**

Компетенция	Показатели	Оценочная шкала	
		Зачтено	Не зачтено
ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)	<p>ОПК-2.1. Разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования.</p> <p>ОПК-2.2. Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.</p> <p>ОПК-2.3. Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.</p>	<p>Студент дает полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочеты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.</p> <p>По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к удовлетворительному ответу.</p> <p>Студент полностью выполнил намеченные на курс обучения методико-практические задания; овладел технологией планирования учебно-тренировочного процесса; показал умения, опираясь на теоретические знания по дисциплине, определять (формулировать) основные задачи планирования учебно-тренировочного процесса в системе управления подготовкой спортивного резерва; владеет проектными умениями – создание проектов учебно-тренировочного процесса; владеет организационно-управленческими, проектными умениями и навыками, необходимыми для обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психологических качеств занимающихся, но в выполнении отдельных видов заданий допускавший незначительные ошибки.</p>	<p>Содержание материала не раскрыто. Ответ требует серьезных дополнений, не последователен и логичен, не содержит обобщения и выводы. Студент испытывает значительные затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, неадекватно реагирует на дополнительные вопросы, не понимает основные положения учебного материала, слабо оперирует основными понятиями дисциплины.</p> <p>Студент не выполнил большую часть методико-практических заданий, не обнаружил теоретических знаний по дисциплине, не овладел технологией планирования учебно-тренировочного процесса и проектными умениями в ее практической реализации; допускал грубые ошибки в планировании (проектировании) учебно-тренировочного процесса в системе управления подготовкой спортивного резерва.</p>
ОПК-3. Способен организовать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность	<p>ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных</p>	<p>Студент дает полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.</p>	<p>Содержание материала не раскрыто. Ответ требует серьезных дополнений, не последователен и не логичен, не содержит обобщения и выводы.</p>

<p>обучающихся, в том числе с особыми образовательными и потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p>	<p>государственных образовательных стандартов. ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся. ОПК-3.3. Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья. ОПК-3.4. Управляет учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывает помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления. ОПК-3.5. Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.</p>	<p>Допускаются такие незначительные недочеты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др. По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к удовлетворительному ответу. Студент полностью выполнил намеченные на курс обучения проективные и методико-практические задания; овладел методикой и технологией рационального планирования и проектирования различных аспектов содержания спортивной подготовки занимающихся в системе дополнительного образования; показал умения, опираясь на теоретические знания по дисциплине, избирательно использовать ценностный потенциал физической культуры для решения воспитательных задач; владеет технологией планирования и проектирования основных видов физкультурно-оздоровительных и учебно-тренировочных занятий в условиях общеобразовательной и спортивной школы с учетом условий и возрастных особенностей занимающихся, но в выполнении отдельных видов заданий допускавший незначительные ошибки.</p>	<p>Студент испытывает значительные затруднения в установлении связи теории с практикой, недостаточно доказателен в процессе изложения материала, неадекватно реагирует на дополнительные вопросы, не понимает основные положения учебного материала, слабо оперирует основными понятиями дисциплины. Студенту не выполнил большую часть проективных и методико-практических заданий, не обнаружил теоретических знаний, не овладел технологией планирования и проектирования различных аспектов содержания спортивной подготовки занимающихся в системе дополнительного образования, основными видами физкультурно-оздоровительных и учебно-тренировочных занятий в условиях общеобразовательной и спортивной школы. По результатам выполненных <i>проектных методико-практических заданий</i> допускал грубые ошибки.</p>
<p>ПК-5. Способен к осуществлению отбора содержания начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования школьников, адекватного ожидаемым результатам стандарта, возрастным особенностям обучающихся.</p>	<p>ПК-5.1. Знает приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. ПК-5.2. Умеет: критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психолого-педагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных и дополнительных общеобразовательных программ и обеспечивать их выполнение в соответствии с требованиями федеральных стандартов. ПК-5.3. Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями целевой аудитории</p>	<p>теоретические знания по дисциплине, избирательно использовать ценностный потенциал физической культуры для решения воспитательных задач; владеет технологией планирования и проектирования основных видов физкультурно-оздоровительных и учебно-тренировочных занятий в условиях общеобразовательной и спортивной школы с учетом условий и возрастных особенностей занимающихся, но в выполнении отдельных видов заданий допускавший незначительные ошибки.</p>	<p>По результатам выполненных <i>проектных методико-практических заданий</i> допускал грубые ошибки.</p>

Критерии оценивания:

Примерная шкала оценивания результатов тестирования:

- оценка «отлично» выставляется при условии выбора студентом 80-100% правильных ответов при тестировании;
- оценка «хорошо» выставляется при условии выбора студентом 66-79% правильных ответов при тестировании;
- оценка «удовлетворительно» выставляется при условии выбора студентом на 51-65% правильных ответов при тестировании.

Примерные критерии и шкала оценки решения творческой и ситуационной задачи:

Решение ситуационной задачи оценивается по следующим критериям (по каждому показателю до 3 баллов):

- соответствие решения сформулированным в ситуационной задаче вопросам;
- обоснованность решения;
- применимость решения на практике;
- глубина проработки проблемной задачи (практико-ориентированного задания);
- оригинальность решения;
- наличие альтернативных вариантов решения задания.

Примеры определения высокого и порогового уровней сформированности компетенций у студента:

Вопрос: Понятие методики обучения спортивным двигательным действиям. Дидактические методы физического воспитания на примере ИВС.

Критерии ответа студента при высоком уровне освоения компетенций («отлично» - 3 балла).

Студентом четко сформулированы понятия «методика обучения» и «методы обучения». Отвечающий демонстрирует понимание различия в данных понятиях.

Студент активно и понятно излагает свои мысли в отношении классификации методов обучения физического воспитания. Приводит примеры использования методических приемов из практики избранного вида спорта.

Самостоятельно, без наводящих вопросов приведены примеры из вида спорта или из собственной практики.

Критерии ответа студента при пороговом уровне освоения компетенций («удовлетворительно» - 1 балл):

Студент имеет представление о понятиях «методика обучения» и «методы обучения», однако разницу понятий не может пояснить и допускает ошибки в их толковании.

После наводящих вопросов студент с затруднением перечисляет методы обучения спортивным двигательным действиям, приводит примеры из практики вида спорта. Методические приемы сформулированы некорректно и несамостоятельно.

Практическое задание: Проведите упражнения общей разминки различными методами и способами.

Критерии выполнения практического задания студентом при высоком уровне освоения компетенций («отлично» - 3 балла):

- все упражнения оформлены в виде конспекта;
- студент знает содержание упражнений, их последовательности при проведении;
- правильно подает команду командным голосом для начала и окончания упражнения, умеет держаться перед строем;
- соблюдает гимнастический стиль выполнения упражнений;
- умеет сочетать двигательные действия с музыкальным сопровождением;
- правильно ведет подсчет музыкального сопровождения по фразам («восьмеркам») с методическими указаниями и своевременным исправлением ошибок;
- использует все методы и способы проведения разминки по заданию преподавателя, а также может сочетать их.

Критерии выполнения практического задания обучающимся при пороговом уровне освоения компетенций («удовлетворительно» 1 балл):

- все упражнения оформлены в конспекте с ошибками в записи;
- студент плохо знает последовательность упражнений в комплексе;
- студент провел тему не полностью; путался в последовательности подачи команд, команды произносил в форме распоряжения и тихо; перед строем держался не уверенно; ошибки в действиях занимающихся замечал, но своевременно не исправлял;
- упражнения, исполняемые студентом (при показе), не соответствуют стилю выполнения данного вида спорта;
- студент не может называть организационно-методические указания при выполнении упражнений;
- студент путается в понятиях методов и способов проведения упражнения, однако после пояснения преподавателем может использовать отдельные из них.

6.4. Методические рекомендации для обучающихся и преподавателей по использованию ФОС

В университете *балльно-рейтинговой системы* (БРС) применяется при реализации всех дисциплин (в том числе при оценивании курсовых работ (проектов)) и практик, установленных учебными планами ОП ВО.

Оценка обучающегося по дисциплине в БРС формируется из:

- баллов, полученных при проведении текущего контроля успеваемости;
- баллов, полученных на промежуточной аттестации.

Баллы, полученные обучающимся при проведении текущего контроля успеваемости, представляют собой сумму баллов, полученных по контрольным точкам, а также дополнительных и премиальных баллов.

Результаты текущего контроля успеваемости фиксируются в единых для всего университета контрольных срезах. Для очной формы обучения устанавливаются 2 контрольных среза в каждом семестре. Для очно-заочной формы обучения устанавливается 1 контрольный срез в семестре, для заочной – по результатам итогового контроля освоения дисциплины.

По каждому контрольному срезу, обучающемуся начисляются баллы за:

- посещаемость в оцениваемый период (20%);
- результаты обучения по (80%):
 - а) освоенным за оцениваемый период разделам и (или) темам (очная форма обучения);
 - б) дисциплине (очно-заочная и заочная форма обучения).

По дисциплине обучающемуся могут быть начислены:

- дополнительные баллы;
- премиальные баллы.

Перевод оценок из пятибалльной системы оценивания в 100-балльную по дисциплинам и практикам, а также оценок обучающихся, переведенных в университет из других организаций, осуществляющих образовательную деятельность, в которых БРС не применялась, и в других подобных случаях осуществляется следующим образом:

- «отлично» - 80-100 баллов;
- «хорошо» - 66-79 баллов;
- «удовлетворительно» - 51-65 баллов;
- «зачтено» - 51 балл.

Максимальное количество баллов обучающегося по одной дисциплине (включая баллы, полученные при проведении текущего контроля успеваемости, и баллы, полученные на промежуточной аттестации) составляет 100 баллов

Если средний рейтинговый балл студента по дисциплине гарантирует ему положительную оценку, то преподаватель обязан при желании студента выставить соответствующую оценку без итогового контроля, проставив полученный им средний рейтинговый балл.

Студент, набравший менее 30 баллов хотя бы по одному контрольному срезу, не освобождается от итогового контроля по данной дисциплине.

По дисциплине с итоговым контролем – «зачет» студент допускается к сдаче зачета только в том случае, если его средний рейтинговый балл по итогам срезов составляет 30 и выше. В противном случае он автоматически получает – «незачтено». Если его средний рейтинговый балл по итогам срезов составляет 51 и выше он автоматически получает – «зачтено».

Студент может повысить свой рейтинговый балл, проходя итоговый контроль.

Весомость среднего рейтинговых баллов, полученных при проведении **текущего контроля** успеваемости и полученных на промежуточной аттестации составляет: 0,5 (50%) и 0,5 (50%).

При проведении текущего контроля успеваемости преподаватель может учесть дополнительные баллы в качестве премиальных баллов, начисляемых обучающемуся:

Показатель	Баллы
Публикация статьи в журнале, сборнике трудов российской, региональной, вузовской конференции	От 5 до 10
Публикация тезисов статьи в сборнике трудов российской, региональной, вузовской конференции, депонирование статьи	От 5 до 10
Доклады на конференциях: внутривузовских, межвузовских, всероссийских и международных	От 5 до 10
Участие в конкурсах грантов: внутривузовский, региональный, всероссийский и международный	От 10 до 15
Участие в конкурсах НИРС: внутривузовский, региональный, всероссийский и международный	От 5 до 10
Участие в изготовлении демонстрационных материалов, наглядных и учебно-методических пособий и т.д.	От 5 до 10
Получение патента, свидетельства на охрану интеллектуальной собственности	От 10 до 15
Участие в вузовской, межвузовской, всероссийской олимпиадах	От 5 до 10
Внедрение результатов исследований в учебный, производственный процесс	От 5 до 10

Весомость среднего рейтингового балла и баллов, полученных на передаче, составляет соответственно: 0,3 (30%) и 0,7 (70%).

Если студент после передачи не получил положительной оценки, то он в установленные вузом сроки идет на комиссионную передачу дисциплины.

Весомость среднего балла, полученного при комиссионной сдаче, составляет, соответственно 0 (0%) и 1 (100%), а баллы, полученные при повторной сдаче – аннулируются.

Студент пропустивший текущий контроль по уважительной причине (болезнь или иные причины, подтвержденные документально) должен его пройти до сдачи следующего промежуточного контроля по дисциплине. Для этого с

разрешения декана факультета формируется индивидуальная балльно-рейтинговая ведомость.

Итоговая оценка по результатам освоения дисциплины выставляется по 5-балльной шкале или в зачетном формате (в соответствии с формой промежуточной аттестации по дисциплине, установленной учебным планом).

Итоговая оценка заносится в экзаменационную (зачетную) ведомость и зачетку студента.

Итоговый государственный экзамен по специальности оценивается по 100 – балльной шкале.

Правила перевода оценок из 100-балльной системы в пятибалльную систему приведены в таблице 1.

Таблица 1.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине, практике	Отрицательная оценка	Положительные оценки		
Зачет	Не зачтено (менее 50 баллов)	Зачтено (более 50 баллов)		
Зачет с оценкой. Экзамен	Неудовлетворительно (менее 50 баллов)	Удовлетворительно (51-65 баллов)	Хорошо (66-79 баллов)	Отлично (80-100 баллов)

Нормативными документами учета успеваемости студентов, обучающихся по БРС в ДГПУ, являются:

- балльно-рейтинговая ведомость;
- зачетно- экзаменационно ведомость;
- зачетно- экзаменационно ведомость на передачу;
- зачетно- экзаменационно ведомость на комиссию;
- ведомость по курсовой работе;

Все они имеют установленную форму, порядковый номер и штрих-код, и самопроизвольное внесение каких-либо изменений и дописывание в эти формы не допускается.

Исправления оценки в ведомостях не допускается. В случае допущения ошибки преподаватель пишет объяснительную на имя декана факультета.

Декан (зам. декана по уч. работе) обращается в УМУ за разрешение распечатать дубликат ведомости. Испорченная ведомость вместе с объяснительной и дубликатом должна быть сохранена в деканате.

Запрещается использование ведомостей, не предусмотренных данным положением и не сформированных через систему «Деканат».

Обучающиеся обязаны выполнять все виды работ, предусмотренные рабочей программой дисциплины (др. элемента учебного плана).

Обучающиеся имеют право:

- знакомиться с рабочей программой, учебно-методическими и информационными материалами изучаемой дисциплины;
- знакомиться с рейтинговой шкалой и критериями оценки;
- получать у преподавателей аргументированные сведения о накопленных суммах баллов по дисциплинам;
- студент имеет право добирать недостающие баллы по установленному преподавателем контрольному мероприятию текущего контроля только один раз.

Преподаватели обязаны:

- своевременно составлять и предоставлять на кафедру балльно-рейтинговую ведомость по дисциплине;
- сообщать обучающимся в начале каждого семестра шкалу и критерии оценки по всем видам деятельности (работ);
- своевременно выставлять в ведомость учета рейтинговые баллы, набранные обучающимися;
- знакомить обучающихся с рейтинг-планом по дисциплине, ведомостью учета рейтинговых баллов.

Преподаватели имеют право:

- вносить предложения по совершенствованию технологии построения и применения рейтинговой системы в Университете;
- распределять баллы на текущий, рубежный и итоговый контроль по дисциплине из общего количества баллов, выделенных на эти виды аттестации.

Кафедры обязаны систематически анализировать результаты применения рейтинговой системы.

- своевременно составлять и предоставлять преподавателям балльно-рейтинговую ведомость по дисциплине.

Имеют право вносить предложения по совершенствованию технологии построения и применения рейтинговой системы в Университете.

Кафедры несут ответственность за:

- своевременное составление заполнение ведомостей преподавателями своей кафедры;
- внесение результатов контрольных срезов в ИС «ДЕКАНАТ»;
- анализ опыта работы по рейтинговой системе оценки качества подготовки студентов по дисциплинам кафедры.

Перечень фонда оценочных средств (ФОС)

№	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде
1	Деловая и/или ролевая игра	Совместная деятельность группы обучающихся и преподавателя под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и решать типичные профессиональные задачи.	Тема (проблема), концепция, роли и ожидаемый результат по каждой игре

2	Зачет	Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
3	Контрольная работа	Средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу	Комплект контрольных заданий по вариантам
4	Проект	Конечный продукт, получаемый в результате планирования и выполнения комплекса учебных и исследовательских заданий. Позволяет оценить умения обучающихся самостоятельно конструировать свои знания в процессе решения практических задач и проблем, ориентироваться в информационном пространстве и уровень сформированности аналитических, исследовательских навыков, навыков практического и творческого мышления. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.	Темы групповых и/или индивидуальных проектов
5	Рабочая тетрадь	Дидактический комплекс, предназначенный для самостоятельной работы обучающегося и позволяющий оценивать уровень усвоения им учебного материала.	Образец рабочей тетради
6	Разноуровневые типовые задачи и задания	Различают задачи и задания: а) ознакомительного, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; б) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей; в) продуктивного (репродуктивно-творческого) уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения, выполнять проблемные задания.	Комплект разноуровневых задач и заданий
7	Задания для самостоятельной работы	Средство проверки умений применять полученные знания по заранее определенной методике для решения задач или заданий по модулю или дисциплине в целом.	Комплект заданий
8	Реферат	Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.	Темы рефератов
9	Собеседование	Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
10	Творческое задание	Частично регламентированное задание, имеющее нестандартное решение и позволяющее диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.	Темы групповых и/или индивидуальных творческих заданий
11	Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Фонд тестовых заданий

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Основная литература

Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. М., 2016. 495 с.

Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. М.: «Академия», 2002. 448 с.

Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. М.: «Академия», 2005. 448 с.

Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. М.: «Академия», 2006. 448 с.

Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. М.: «Академия», 2008. 448 с.

Баршай В.М. Гимнастика: учебник. Ростов н/Д.: Феникс, 2011. 330 с.

Дополнительная литература

- Кашкаева Э.А. Методы обучения гимнастическим упражнениям: учебное пособие. Махачкала: ДГПУ, 2005. 84 с.
- Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. М.: «ВЛАДОС», 2003. 448 с.
- Гимнастика / Под общ. ред. М.Л. Украна, А.М. Шлемина. М., 1969. 423 с.
- Гимнастика / Под ред. М.Л. Украна, А.М. Шлемина. М., 1977. 422 с.
- Гимнастика и методика преподавания / Под ред. В.М. Смолевского. М., 1987. 336 с.
- Омаров О.М., Демченко М.О. Формирование готовности будущих педагогов к проектной деятельности: монография. Махачкала: АЛЕФ, 2019. 166 с.
- Кашкаева Э.А., Омаров О.М. Технология дидактического проектирования в системе подготовки физкультурно-педагогических кадров // Современные технологии обучения и воспитания. Книга 2: монография / Ю.В. Дементьева, А.В. Джевага, Д.М. Зиганшина и др. Новосибирск, 2018. С. 84-110.
- Бондарчук А.П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса. М., 2012. 272 с.
- Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник / А.А. Васильков. Ростов н /Д: Феникс, 2011. 379 с.
- Якимов А.М. Основы тренерского мастерства. Учебно-методическое пособие. М.: Терра – Спорт, 2003. 176 с.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- Научная электронная библиотека - elibrary.ru
- Открытая электронная библиотека. – URL: <http://orel.rsl.ru>
- Электронно-библиотечная система – ЭБС - iprbookshop.ru
- Фундаментальная библиотека ДГПУ - <http://lib.dspu.ru>
- Журнал «Теория и практика физической культуры», «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» - <http://teoriya.ru>
- Журнал «Физическая культура, спорт - наука и практика» - <https://readera.org/fizicheskaya-kultura-sport>

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

9.1. Методические рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям.

Процесс изучения данной дисциплины должен строиться на основе следующих принципов:

- принцип актуализации личного опыта, учитывающий, что гимнастика - сложная дисциплина, понимание которой может быть облегчено использованием практических примеров. Поэтому для достижения успешных результатов важна актуализация личного опыта. Пропуская теоретический материал через собственный профессиональный опыт, можно не просто «заучить» учебный материал, но и понять данную науку;
- принцип субъектного знания, предполагающий глубокое осмысление и понимание учебного материала, обеспечивающий процесс перехода объективных знаний в субъектные, личностно присвоенные. Для этого необходимо научиться осознанно и грамотно решать проблемы и задачи педагогической деятельности.

Приступая к изучению дисциплины «Планирование и контроль спортивной подготовки», ознакомьтесь с рабочей программой, списком учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке ДГПУ. Получите рекомендованные учебники и учебно-методические пособия в библиотеке, заведите новую тетрадь для конспектирования лекций и работы с первоисточниками.

Один из основных видов учебных занятий согласно требованиям учебного плана и рабочей программы – лекции. Несмотря на то, что лекция представляет собой монолог преподавателя и относительно пассивную позицию студента, следует обеспечить активную познавательную деятельность на учебных занятиях подобного вида. Для этого:

- заведите отдельную тетрадь для записи лекций по дисциплине;
- не старайтесь записывать дословно все, что говорит преподаватель, фиксируйте лишь самые главные мысли. Чтобы запомнить примеры, которые приводит преподаватель по ходу лекции, обозначайте их в скобках с помощью ключевых слов;
- не забывайте записывать тему лекции, ее план и литературу, которую предлагает преподаватель для дополнения и углубления знаний по изучаемой теме;
- ключевые понятия, их дефиниции выделяйте подчеркиванием, цветом или каким-либо другим способом;
- используйте в процессе записи лекции условные обозначения. Например, «!» - важно; «?» - уточнить в учебнике или задать вопрос педагогу; «+» - дополнить и т.д.;
- записывая лекционный материал, оставляйте широкие поля. Это позволит дополнить материал, уточнить его в случае необходимости;
- обязательно повторяйте предыдущий материал перед новой лекцией. При этом для лучшего усвоения и

осознания материала можно выполнять различные задания: составить собственный план лекции, придумать свои примеры на основные теоретические положения, составить вопросы по материалу лекции, разработать «опорный конспект», если Вы хорошо рисуете, можно проиллюстрировать какой-то фрагмент лекции.

Обеспечивает усвоение материала составление кроссвордов, ребусов, викторин, тезауруса, формально-логических моделей и пр. Чем активнее Вы работаете с материалом лекции, тем лучше Вы его запоминаете и понимаете.

9.2. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям.

Основным видом учебных занятий, применяемых при изучении дисциплины являются практические занятия. Программа по дисциплине предполагает аудиторные практические задания по изученному курсу.

Для проведения и выполнения практических (компетентностно-ориентированных) заданий разработано учебное пособие, в котором подробно расписаны цель данной работы, использованное оборудование, технология и критерии оценки выполняемых проектировочных работ – проекты учебно-тренировочного процесса, составление комплексов упражнений для занятий по общей физической подготовке и др.

Теоретические сведения освещаются в ходе практических занятий. Для этого необходима тетрадь. В данной тетради студент может записывать теоретические положения, самостоятельные конспекты из учебника, готовиться к практическим заданиям по дисциплине. При необходимости обратитесь за консультацией и методической помощью к преподавателю.

9.3. Методические рекомендации по подготовке к устному опросу студентов.

При устном опросе устанавливается непосредственный контакт между преподавателем и студентами, в процессе которого преподаватель получает широкие возможности для изучения индивидуальных возможностей усвоения студентами учебного материала.

Индивидуальный опрос предполагает обстоятельные, связные ответы студентов на вопрос, относящийся к изучаемому учебному материалу, поэтому он служит важным средством развития профессиональной речи, памяти, мышления студентов.

В целях рационального использования учебного времени планируется проведение комбинированного опроса, сочетающего устный опрос с практическим показом.

9.4. Подготовка к зачету.

В процессе подготовки к зачету обучающемуся рекомендуется так организовать свою учебу, чтобы все виды работ и заданий, предусмотренные рабочей программой, были выполнены в срок. Основное в подготовке к зачету - это повторение всего материала учебной дисциплины. В дни подготовки к зачету необходимо избегать чрезмерной перегрузки умственной работой, чередуя труд и отдых. При подготовке к сдаче зачета старайтесь весь объем работы распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к зачету, контролировать каждый день выполнения работы. Лучше, если можно перевыполнить план. Тогда всегда будет резерв времени. При подготовке к зачету целесообразно повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, заданий, которые выносятся на зачет и содержащихся в данной программе.

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

Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель - «Windows Media Player»).

Программы для демонстрации и создания презентаций - «Microsoft Power Point», You Tube.

Программа для печати текста и составления документов: любой тип текста - статью, документ, реферат, курсовую, ВКР. Также в этой программе можно оформить текст - добавить в него картинку или фото, выделить его части разными цветами, изменить шрифт, размер букв и др. – «Microsoft Word».

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Представляется в виде перечня специализированных аудиторий (спортивных сооружений), имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники, программного обеспечения, например:

Учебные аудитории для проведения лекционных занятий с мультимедиааппаратурой.

Учебные аудитории для проведения методических и семинарских занятий.

Специализированный спортивный зал (гимнастический зал).

Программы образовательные, рабочая программа учебной дисциплины, поурочные (рабочие) планы, графики прохождения учебного материала, ТСО по дисциплине.

Видеофильмы, «кольцовки», плакаты, слайды по различным разделам учебной программы.

Учебно-методическая литература для самостоятельной подготовки: учебники, учебно-методические пособия, методические рекомендации и разработки, графики контроля.

Квалификационные и зачетные требования по курсу обучения.

Лекционные занятия:

- комплект электронных презентаций/слайдов; видеофильмы;

- аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, проекционный экран, ноутбук).

Практические занятия:

- презентационная техника - проектор, проекционный экран, ноутбук. Комплект лицензионного программного обеспечения.

- рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет.

- оборудованный *гимнастический зал* с комплектом гимнастических снарядов (акробатическая дорожка, перекладина; брусья параллельные и брусья разной высоты);

- наличие зеркал в зале (для выполнения общеразвивающих и других гимнастических упражнений);

- гимнастические маты, гимнастические палки, гимнастические стенка и скамейки.

12. Специальные условия для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Специальные условия обучения и направления работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее - обучающиеся с *ограниченными возможностями здоровья*) определены на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;

- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 5 апреля 2017 г. № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

- методических рекомендаций по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащённости образовательного процесса, утвержденных Минобрнауки России 08.04.2014 № АК-44/05вн).

Под специальными условиями для получения образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких студентов, включающие в себя использование при необходимости адаптированных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего необходимую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания вуза и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Обучение в рамках учебной дисциплины обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется факультетом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Обучение по учебной дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

В целях доступности обучения по дисциплине обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- наличие альтернативной версии официального сайта института в сети «Интернет» для слабовидящих;

- весь необходимый для изучения материал, согласно учебному плану (в том числе, для обучающихся по индивидуальным учебным планам) предоставляется в электронном виде на диске;

- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

- обеспечение возможности выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию факультета.

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- наличие микрофонов и звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования (аудиоколонки);

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения организации, а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов и других приспособлений).

Перед началом обучения могут проводиться консультативные занятия, позволяющие студентам с ограниченными возможностями адаптироваться к учебному процессу.

В процессе ведения учебной дисциплины профессорско-преподавательскому составу рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реа-

билитации с целью оказания помощи обучающимся с ограниченными возможностями здоровья в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создании комфортного психологического климата в учебной группе.

Особенности проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и другое). При необходимости предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.