

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Дагестанский государственный педагогический университет»

Кафедра спортивных дисциплин и единоборств



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.08 ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ 2
Б1.О.08.04 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 обучения – очная, заочная

Форма обучения	Семестр	Трудоемкость	Виды учебной работы					СРС	Форма аттестации
			Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Промежуточный контроль			
очная	8	108	10	38			60	зачет с оценкой	
заочная	4 курс	108	2	6		3	97	зачет	

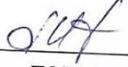
Махачкала, 2022

Автор рабочей программы дисциплины (модуля):

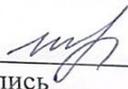
Доцент кафедры спортивных дисциплин и единоборств, канд. пед. наук,
доцент, Омаров О.М.

Программа утверждена на заседаниях:

кафедры: спортивных дисциплин и единоборств (протокол № 10 от «25»
мая 2022 г.)

Зав. кафедрой: Мансуров Т.М., доцент к.п.н.  2022 г.
подпись

Ученого совета факультета физической культуры и БЖ (протокол № 10 от «20»
июня 2022 г.)

Председатель совета: Исмаилов Ш.О., доцент к.п.н.  2022 г.
подпись

учебно-методического совета ДГПУ (протокол № 4 от «28 » июня 2022 г.)

Председатель УМС: Дибиров И.А.  2022 г.
(подпись)

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.

Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы достижения компетенций
ПК-11	Способен организовать педагогический контроль и оценку освоения дополнительной общеобразовательной программы	ПК-11.1. знает формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ определенной направленности. ПК-11.2. знает и умеет применять понятия и виды качественных и количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ (с учетом их направленности). ПК-11.3. владеет способами оценки изменений в уровне подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1.О.08.04 «Планирование и контроль спортивной подготовки» относится **обязательной части** и **Предметно-содержательному модулю 2** 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.08.04 «Планирование и контроль спортивной подготовки» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения дисциплин «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Физическая культура и спорт», «Теория и методика физического воспитания», «Физиология физкультурно-спортивной деятельности», «Спортивная подготовка обучающихся», «ПФСС (гимнастика)», «ПФСС (легкая атлетика)», «ПФСС (волейбол)», «Организация дополнительного образования в сфере Физической культуры и спорта», «Теория и методика спортивной тренировки».

Компетенции сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения содержания дисциплин «Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва», «Профессиональная деятельность детского тренера», «Отбор и ориентация в спорте», выполнения заданий (учебной, производственной практик, научно-исследовательской работы и выпускной квалификационной работы).

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника: ПК-11.
В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Код компетенции	Знает	Умеет	Владеет
<p>ПК-11 Способен организовать педагогический контроль и оценку освоения дополнительной общеобразовательной программы</p>	<p>Научные представления о результатах образования, путях их достижения и способах оценки; нормативно-правовые, этические, психологические и педагогические закономерности, принципы и методические особенности осуществления контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся, выявления и психолого-педагогической коррекции трудностей в обучении в мониторинговом режиме.</p> <p>Методики разработки и применения контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств, интерпретации результатов контроля и оценивания.</p>	<p>Определять и реализовывать формы, методы и средства осуществления контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся, выявления и психолого-педагогической коррекции групповых и индивидуальных трудностей в обучении в мониторинговом режиме.</p> <p>Планировать тренировочный процесс на разных стадиях и этапах, ориентируясь на общие положения теории физической культуры и спорта при опоре на конкретику избранного вида спорта.</p> <p>Осуществлять контрольно-оценочную деятельность в образовательном процессе; анализировать и интерпретировать результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач и особенностей образовательной программы и особенностей учащихся.</p>	<p>Приемами и алгоритмами реализации контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся, выявления и психолого-педагогической коррекции групповых и индивидуальных трудностей в обучении в мониторинговом режиме; приемами объективной оценки знаний обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей.</p> <p>Владеет навыками организации прохождения обучающимися контрольных процедур с целью выполнения ими контрольных нормативов, установленных образовательными программами; планирования процесса контроля тренировочного и образовательного процессов.</p> <p>Владеет навыками текущего контроля, оценки динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе изучения дисциплины (модуля); оценки эффективности подготовки обучающихся с использованием современных информационных и компьютерных технологий.</p>

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

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

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоёмкость				
	час.	В т.ч. по семестрам			
		№1	№2	№3	№8
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	108				108
1. Контактная работа:					
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	10				10
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	38				38
лабораторные занятия (общее кол-во часов /					

Вид учебной работы	Трудоёмкость				
	час.	В т.ч. по семестрам			
		№1	№2	№3	№8
включая практическую подготовку)					
курсовое проектирование					
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем					
2. Объем самостоятельной работы обучающихся (СРС)	60				60
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)					
Вид промежуточного контроля: зачет с оценкой					Зачет с оценкой

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоёмкость				
	час.	В т.ч. по семестрам			
		1 курс	2 курс	3 курс	4 курс
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	108				108
1. Контактная работа:					
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	2				2
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	6				6
лабораторные занятия (общее кол-во часов / включая практическую подготовку)					
курсовое проектирование					
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем					
2. Объем самостоятельной работы обучающихся (СРС)	97				97
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)					
Вид промежуточного контроля: зачет	3				3

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
очная форма обучения

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад. часах	Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах)			
			Лек/ пр. подг.	Лаб / пр. подг.	Пр/ пр. подг.	СР
1	Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва.	20	2		8	10
2	Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки.	28	4		10	14
3	Задачи и организация педагогического контроля в системе управления подготовкой спортивного резерва.	30	4		10	16
4	Методика построения тренировочного процесса	30			10	20
	<i>Курсовое проектирование</i>	<i>X</i>				-
	<i>Консультация к экзамену</i>	<i>X</i>				-
	<i>Подготовка к экзамену (зачету)</i>	<i>X</i>				X
	Итого:	108	10		38	60

заочная форма обучения

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад. часах	Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах)			
			Лек/ пр. подг.	Лаб / пр. подг.	Пр/ пр. подг.	СР
1	Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва.	18				18
2	Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки.	26	2		2	22
3	Задачи и организация педагогического контроля в системе управления подготовкой спортивного резерва.	26			2	24
4	Методика построения тренировочного процесса	35			2	33
	<i>Курсовое проектирование</i>	<i>X</i>				-
	<i>Консультация к экзамену</i>	<i>X</i>				-
	<i>Подготовка к экзамену (зачету)</i>	<i>X</i>				X
	Итого:	105	2		6	97

5.1. Содержание разделов дисциплины (модуля)

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

«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.

«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.

«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).

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

«Основы рационального планирования общей и специальной физической 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.

«Основы рационального планирования теоретической, психологической и интегральной подготовки на этапах годичного цикла 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. 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.

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

«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.

Тема 4. Методика построения тренировочного процесса

«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.

«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.

«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.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
1	Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва.	Подготовка к практическому занятию; написание конспекта. Выполнение проектных методико-практических заданий: 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; и др.

2	Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годового цикла спортивной тренировки.	Подготовка к практическому занятию; написание реферата. Выполнение проектных методико-практических заданий: составить комплекс упражнений для занятия по общей физической подготовке; проведение фрагмента занятия по общей физической подготовке с использованием спортивного инвентаря; и др.
3	Задачи и организация педагогического контроля в системе управления подготовкой спортивного резерва.	Подготовка к практическому занятию; написание реферата.
4	Методика построения тренировочного процесса	Подготовка к практическому занятию; написание реферата. Выполнение проектных методико-практических заданий: составить примерный план-конспект учебно-тренировочного занятия; 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.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

7.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Средства текущего контроля успеваемости	Перечень компетенций
1	Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва.	устный опрос, конспект	ПК-11
2	Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годового цикла спортивной тренировки.	устный опрос; реферат; проектные методико-практические задания	ПК-11
3	Задачи и организация педагогического контроля в системе управления подготовкой спортивного резерва.	устный опрос; реферат; проектные методико-практические задания	ПК-11
4	Методика построения тренировочного процесса	устный опрос; реферат; проектные методико-практические задания	ПК-11

МАКЕТЫ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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
- п

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

- 1
- 2
- 3
- п.....

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 искавшие 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 годового 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 годового цикла тренировки; формулировка задачи в области технико-тактической подготовки для обучающихся в группах спортивного совершенствования ДЮСШ (по избранной спортивной специализации) на этапах годового 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 годового 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 годового 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 годового 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 обуче-

		ния).
«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 процесса 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 п:

Раздел: «Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годичного 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 п:

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 п:

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 годового цикла спортивной тренировки».
 6. «Основы рационального планирования спортивно-технической и тактической подготовки на этапах годового цикла спортивной тренировки».
 7. «Основы рационального планирования теоретической, психологической и интегральной подготовки на этапах годового 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.....

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 требуются 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.

БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВАЯ СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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		
		Зачтено (более 50 баллов)		
Зачет	Не зачтено (менее 50 баллов)	Зачтено (более 50 баллов)		
Курсовая работа. 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 рейтингом-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 заполнения ведомостей преподавателями своей кафедры;
- внесение результатов контрольных срезов в ИС «ДЕКАНАТ»;
- анализ опыта работы по рейтинговой системе оценки качества подготовки студентов по дисциплинам кафедры.

7.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

1. Семестр – 8; форма аттестации – зачет с оценкой.

2. Примерный перечень вопросов к зачету

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.

п

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.

п

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 шкалу оценок для оценки уровня физической и спортивно-технической подготовленности занимающихся в ДЮСШ по избранной спортивной специализации.
п

Раздел 4. Методика построения тренировочного процесса.

Практические задания:

1. Определить структуру отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Раскрыть понятие «тренировочное занятие» как относительно завершенный элемент тренировочного процесса.
2. Составить примерный план-конспект учебно-тренировочного занятия.
3. 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.
4. Раскрыть планирование и контроль как органически взаимосвязанные условия целесообразного управления процессом спортивного совершенствования.
п

3. Перечень компетенций и индикаторов их достижения, описание критериев оценивания компетенций представляются в таблице

Код компетенции, индикаторы достижения компетенции	Уровни освоения компетенций			
	Продвинутый	Базовый	Пороговый	Не освоены компетенции
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
	«зачтено»			«не зачтено»
<p>ПК-11 Способен организовать педагогический контроль и оценку освоения дополнительной общеобразовательной программы</p> <p>ПК-11.1 знает формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ определенной направленности.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент знает формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ определенной направленности</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент показал достаточно полные и твердые знания программного материала учебной дисциплины, правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых явлений (процессов).</p> <p>Студент дает последовательные, правильные, конкретные, без существенных неточностей ответы на поставленные вопросы; свободное устранение замечаний о недостаточности освещения отдельных положений при постановке дополнительных вопросов;</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент показал знание основного программного материала учебной дисциплины, понимание сущности и взаимосвязи основных рассматриваемых явлений (процессов).</p> <p>Показал правильные, без грубых ошибок ответы на поставленные вопросы, несущественные ошибки в чтении графиков, схем; умение применять теоретические знания к решению основных практических задач.</p> <p>Проявил ограниченные навыки в обосновании выдвигаемых предложений и принимаемых решений; отдельные неточности или не-</p>	<p>Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент не знает формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ определенной направленности</p>

		показывает умение достаточно полно анализировать факты, события, явления и процессы, применять теоретические знания при решении практических задач; несущественные неточности при обосновании выдвигаемых предложений и принимаемых решений. Показал правильное владение приемами работы с программным, техническим и другим обеспечением; безошибочное чтение схем, графиков	достаточно четкое выполнение практико-ориентированных заданий.	
ПК-11.2 знает и умеет применять понятия и виды качественных и количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ (с учетом их направленности).	Оценка «отлично» выставляется, если студент знает и умеет применять понятия и виды качественных и количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ (с учетом их направленности).	Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускал незначительные недочеты в определении основных качественных и количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала. При этом выполнил в основном методико-практические задания, однако, но не обнаружил глубоких теоретических знаний, не в полной мере овладел основными положениями учебного материала.	Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент не знает и не умеет применять понятия и виды качественных и количественных оценок, возможности и ограничения для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ (с учетом их направленности).
ПК-11.3 владеет способами оценки изменений в уровне подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной про-	Оценка «отлично» выставляется, если студент владеет способами оценки изменений в уровне подготовленности обучающихся в процессе освоения дополни-	Оценка «хорошо» выставляется, если студент владеет способами оценки изменений в уровне подготовленности обучающихся.	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент выполнил в основном методико-практические задания. Однако, не обнаружил глубоких	Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент не владеет способами оценки изменений в уровне подготовленности обучающихся в процессе освоения до-

граммы	тельной общеобразовательной программы.	<p>Полностью выполнил намеченные на курс обучения методико-ориентированные задания, но в проведении отдельных видов практико-ориентированных заданий допускал незначительные ошибки.</p> <p>Владеет способами: подбора контрольных упражнений для оценки уровня развития координационных и силовых способностей занимающихся; подбора контрольных упражнений для оценки уровня развития скоростно-силовых способностей, выносливости и гибкости обучающихся.</p> <p>Владеет умениями формулировать правила технического выполнения двигательного действия и определения способов оценки эффективности техники на примере избранного вида спорта.</p>	теоретических знаний, не в полной мере овладел практическими умениями оценки уровня подготовленности учащихся.	полнительной общеобразовательной программы.
--------	--	--	--	---

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1. Перечень основной учебной литературы

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. Меньшикова. М.: «Академия», 2002. 448 с.

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

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

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

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

8.2. Перечень дополнительной учебной литературы

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.

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. Смоленского. М., 1987. 336 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.
- Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. М.: «ВЛАДОС», 2003. 448 с.
- Якимов А.М. Основы тренерского мастерства. Учебно-методическое пособие. М.: Терра-Спорт, 2003. 176 с.

8.3. Перечень Интернет-ресурсов, 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>

8.4. Перечень информационных технологий и программного обеспечения

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходимо использование следующего лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

- 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».

9. 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, 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 стенка и скамейки.

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

10.1. 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 «Планирование и контроль спортивной

подготовки» - 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.

10.2. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям.

Основным видом учебных занятий, применяемых при изучении дисциплины «Планирование и контроль спортивной подготовки», – 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 разноуровневых типовых задач и заданий: 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..

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.

10.3. 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 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.

10.4. 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.

11. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

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 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 института.

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 реабилитации 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.

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ):

«ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ»

1. 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 образовательной программы

Дисциплина Б1.О.08.04 «Планирование и контроль спортивной подготовки» относится **обязательной части и Предметно-содержательному модулю 2** учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профили – «Физическая культура» и «Дополнительное образование (спортивная подготовка)».

3. Требования к результатам освоения дисциплины(модуля):

ПК-11 Способен организовать педагогический контроль и оценку освоения дополнительной общеобразовательной программы.

ПК-11.1. знает формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ определенной направленности.

ПК-11.2. знает и умеет применять понятия и виды качественных и количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса, и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ (с учетом их направленности).

ПК-11.3. владеет способами оценки изменений в уровне подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы.

4. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы (108 часов).

5. Семестр: 8

6. Основные разделы дисциплины (модуля):

1. Задачи и структура планирования в системе управления подготовкой спортивного резерва.
2. Основы рационального планирования содержания спортивной подготовки на этапах годичного цикла спортивной тренировки.
4. Задачи и организация педагогического контроля в системе управления подготовкой спортивного резерва.
5. Методика построения тренировочного процесса.

7. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации:

Зачет с оценкой.

8. Автор: Омаров О.М., доцент кафедры спортивных дисциплин и единоборств