

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Дагестанский государственный педагогический университет»



**Б1.О.03 МОДУЛЬ ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ
Б1.О.03.03 ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ
ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Направление подготовки - 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) – Спортивная тренировка

Квалификация выпускника: Бакалавр

Формы обучения – очная, заочная

Форма обучения	Семестр	Трудоемкость	Виды учебной работы					СРС	Форма аттестации
			Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Промежуточный контроль			
очная	1	180	20	36		27	97	зачет	
заочная	1	180	4	6			170	зачет	

Махачкала, 2022

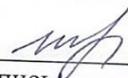
Авторы: Абдулкадиров Д.А..Рабочая программа дисциплины
**«Организационно-методические основы тренировочного процесса
в учреждениях дополнительного образования спортивной деятельности».**
– Махачкала: ДГПУ, 2019. 20 с.

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)

© ДГПУ, 2022
©Абдулкадиров Д.А., 2022

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины Б1.О.03.03 «Организационно-методические основы тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования спортивной деятельности» являются: освоение технологии профессиональной деятельности специалистов в области управления тренировочным и соревновательным процессами в сфере спорта в учреждениях дополнительного образования ДЮЦ, УОР, ДЮСШ, ШВСМ, сборных команд различного уровня.

Задачи: – актуализировать знания основы тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования;

- развивать педагогическую технику в работе спортивной направленности;
- научить педагогически грамотно, осуществлять взаимодействие с учащимися;
- формировать индивидуальный стиль педагогической деятельности.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.О.03.03 «Организационно-методические основы тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования спортивной деятельности» относится к факультативным дисциплинам по направлению подготовки бакалавра 49.03.01 - Физическая культура, профиль: Спортивная тренировка.

Дисциплина Б1.О.03.03 «Организационно-методические основы тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования спортивной деятельности» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения дисциплин «Элективные курсы по физической культуре», «физическая культура и спорт », «Спортивные и подвижные игры».

Подготовка бакалавров по дисциплине «Организационно-методические основы тренировочного процесса в учреждениях дополнительного образования спортивной деятельности» в сочетании с

историей, философией, экономикой, культурологией, иностранным языком, а также учебной, педагогической и производственной практик направлены на формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности бакалавра в области физической культуры и спорта. При этом интеграция профильных дисциплин учебного плана как теоретических, так и практических, призвана обеспечить глубокое осмысление основ профессиональной деятельности и привить студентам навыки практической реализации основных теоретических положений через специфику отдельного предмета

Компетенции сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения содержания дисциплин «Методика обучения и воспитания физической культуре», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», выполнения заданий (учебной, производственной практик, научно-исследовательской работы и выпускной квалификационной работы).

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Формируемые компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
Код и наименование	<i>(Код и наименование индикатора достижения компетенции)</i>
Общепрофессиональные компетенции	
ПК-1. Способен осуществлять тренировочный процесс на разных этапах спортивной подготовки с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся	ПК-1.1. Осуществляет процесс спортивной тренировки, контроль его эффективности и формирование личности спортсмена средствами физкультурно-спортивной деятельности. ПК-1.2. Обеспечивает организацию учебно-методического сопровождения процесса спортивной тренировки на разных этапах спортивной подготовки. ПК-1.3. Формирует навыки соревновательной деятельности в соответствии с этапом и программами спортивной подготовки занимающихся.

4. Трудоемкость изучения дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц (180 часов).

таблица №1

Вид учебной работы	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Аудиторные занятия (всего)	56	10
Лекции	20	4
Практические занятия (ПЗ)	36	6
Семинары (С)		
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)		
Проработка материала лекций, подготовка к занятиям		
Самостоятельное изучение тем	97	164
Контрольные работы		
Реферат		
Промежуточный контроль	27	6
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	экзамен	экзамен
Общая трудоемкость	180	180

5. Содержание дисциплины (модуля)

5.1 Тематический план

Таблица 2.

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость их изучения								
		Лекции		Практические занятия		Лабораторные занятия		Самостоятельная работа		Промеж. контр
		очн о	заочно	очн о	заочно	очн о	заочно	очн о	заочно	
1	Теоретико-методологические основы совершенствования мастерства спортсменов	4		2	2			4	18	опрос
2	Основы управление двигательными действиями в спорте	4		2	2			4	18	опрос
3	Основы теории обучения двигательным действиям	4		2				4	18	опрос
4	Система управления подготовкой спортсменов			2				4	18	опрос
5	Адаптация в спортивной деятельности			2				4	18	опрос
6	Комплексный контроль в системе управления тренировочным процессом			2				4	20	опрос
7	Прогнозирование результативности в спорте			2				2	20	опрос
8	Моделирование соревновательной деятельности в тренировочном							2	20	опрос

	процессе									
9	Частные технологии управления формированием спортивного мастерства			2				4	20	опрос
	ИТОГО	20	4	36	6			97	170	

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

Таблица 3.

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
<i>Содержание лекционного курса</i>		
1.	Теоретико-методологические основы совершенствования мастерства спортсменов	Системный взгляд на подготовку педагога. Понятия «мастерство», «технология», «техника». Их взаимосвязь и взаимозависимость, специфические признаки, содержание, слагаемые. Педагогическое мастерство с точки зрения профессиограммы педагога и особенностей педагогической деятельности. Пути становления и реализации педагогического мастерства педагога. Педагогическое мастерство как высший уровень педагогической деятельности, как сочетание развитого педагогического мышления и определенной системы педагогических умений. Отражение в педагогическом мастерстве научно-педагогической подготовки спортивного педагога и его практического опыта. Педагогическое мастерство и его элементы. Гуманистическая направленность, профессиональные знания, педагогические способности, педагогическая техника. Педагогическая технология как компонента педагогического мастерства.
2.	Основы управление	Внимание и наблюдательность в педагогическом процессе. Внимание, наблюдательность, педагогическая зоркость. Функции, виды, свойства внимания. Приемы и средства привлечения и развития внимания. Воспитание

	двигательными действиями в спорте	внимательности учащихся на уроке. Внимательность как качество личности учителя.
3.	Основы теории обучения двигательным действиям	Сущность воображения как форма психической деятельности в формировании у личности целостной картины мира. Роль воображения в процессе обучения в деятельности учителя и учащихся. Индивидуальные различия сферы представлений и воображения в организации учебной деятельности. Условия, активизирующие воображение учителя и учащихся. Тренировка профессионально-педагогического воображения учителя.

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

№ п/п	Тема практического (семинарского) занятия	Задания (или вопросы для обсуждения на сем.занятии)	Форма отчётности	Литература
1.	Теоретико-методологические основы совершенствования мастерства спортсменов	Понятия. Основы учения П.К. Анохина, Н.А. Бернштейна об управлении. Концепции основоположников отечественной теории в спортивной педагогике. Уровни управления движениями.	доклад	1,2,4,
2.	Основы управление двигательными действиями в спорте	Внутренняя структура управления. Основные понятия. Двигательные программы. Программирование в формировании действия. Возрастные закономерности развития моторики человека. Онтогенез элементов биодинамики человека. Физическая активность	Опрос. БАРС	1,2,3,4,5, 6,7,8

		человека. Особенности формирования систем движений в физических упражнениях.		
3.	Основы теории обучения двигательным действиям	Методологические основы. Теория обучения двигательным действиям в иерархии научного знания. Теоретические положения поэтапного формирования действий. Управление процессом усвоения знаний, умений, навыка. Ориентированная основа действия. Техника физических упражнений как объект изучения и предмет обучения.	доклад	1,3,6,
4.	Система управления подготовкой спортсменов	Система управления. Состояние спортсмена. Ограничения и условия оптимального управления подготовкой спортсменов. Оптимизация тренировочного процесса.	доклад	1,3,6
5.	Адаптация в спортивной деятельности	Общая характеристика. Адаптация спортсмена к мышечной работе. Повышение резервов адаптации. Тренированность - проявление специфической адаптации. «Издержки» адаптации в спорте высших достижений.	доклад	1,3,6
6.	Комплексный	Общая характеристика. Определения. Понятия.	доклад	1,3,6

	контроль в системе управления тренировочным процессом	Унификация средств контроля. Виды контроля. Средства и методы контроля. Современные информационные технологии. Подсистемы контроля. Педагогический, биомеханический, медико-биологический, психологический и биохимический контроль.		
7.	Прогнозирование результативности в спорте	Прогноз уровня достижений по видам спорта. Динамика роста спортивного мастерства. Темпы прироста спортивной результативности. Максимальные и минимальные показатели спортивной подготовленности. Технологии прогнозирования результативности.	Доклад	1,3,6
8.	Моделирование соревновательной деятельности в тренировочном процессе	Модельные характеристики сильнейших спортсменов. Разработка модельных характеристик с учётом: возраста и стажа; внешних морфопризнаков; уровня специальной физической подготовленности; уровня технической подготовленности; уровня тактической подготовленности; уровня психологической подготовленности; уровня медико-биологических показателей. Моделирование	доклад	1,3,6

		соревновательной деятельности: средства, методы, формы моделирования в различных видах спорта.		
9.	Частные технологии управления формированием спортивного мастерства	Циклические, скоростно-силовые. Единоборства, спортивные игры и виды спорта со сложной координацией движений. Технологическая схема организации управления учебно-тренировочным процессом в спорте. Двигательные возможности человека. Нетрадиционные методы их развития. Методы и условия формирования спортивно-технического мастерства.	доклад	1,3,6
10.	Формирование благоприятного психологопедагогического климата в спортивном коллективе	Понятие психологопедагогического климата и психологопедагогической атмосферы. Характеристики благоприятного климата. Регулирование психологопедагогического климата: привнесение ценности в жизнь группы и каждого отдельного ребенка путем предъявления мира с позиций значимости объектов для жизни человека	доклад	1,3,6

5.4 Задания самостоятельной работы для студентов очной формы обучения

Таблица 5.

№ п/ п	Раздел (тема) программы	Количество часов		Задания для самостоятельног овыполнения	Форма отчетн ости	Литера тура
		очно	заочно			
1	Теоретико-методологические основы совершенствования мастерства спортсменов	9	16	Написание доклада по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6
2	Основы управление двигательными действиями в спорте	9	16	Написание докладов по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6
3	Основы теории обучения двигательным действиям	9	16	Написание докладов по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6
4	Система управления подготовкой спортсменов	10	16	Написание докладов по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6
5	Адаптация в спортивной деятельности	10	16	Написание докладов по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6
6	Комплексный контроль в системе управления тренировочным процессом	10	16	Написание докладов по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6
7	Прогнозирование результативности в спорте	10	16	Написание докладов по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6
8	Моделирование соревновательной деятельности в тренировочном процессе	10	16	Написание докладов по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6
9	Частные технологии управления формированием спортивного мастерства	10	18	Написание докладов по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6
10	Теоретико-методологические основы совершенствования	10	18	Написание докладов по теме	Доклад	1,2,3,4,5,6

	мастерства спортсменов					
	Итого	97	164			

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

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

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

ВОПРОСЫ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ЭКЗАМЕН)

1. Какова внутренняя структура управления движениями.
2. Теория «кольцевого» управления движениями.
3. Принцип срочной информации.
4. Дать характеристику этапов формирования спортивно-технического мастерства.
5. Адаптация к мышечной работе на выносливость.
6. Адаптация к силовой работе.
7. Возрастные закономерности развития моторики человека.
8. Система управления подготовкой спортсменов.
9. Оптимизация тренировочного процесса.
10. Комплексный контроль в системе управления подготовкой спортсмена.
11. Прогнозирование уровня достижений в виде спорта.
12. Темпы прироста спортивной результативности. Динамика спортивногomasстерства.
13. Модельные характеристики двигательной подготовленности.
14. Моделирование соревновательной деятельности в тренировочном процессе
15. Технологическая схема управления тренировочным процессом.

Вопросы по учебной дисциплине для промежуточной аттестации обучающихся (экзамен)

1. Педагогическое мастерство как комплекс свойств личности.
2. Элементы педагогического мастерства.
3. Педагогическая деятельность как система.
4. Педагогическая техника как форма организации поведения спортивного педагога при взаимодействии с занимающимися.
5. Педагогическая целенаправленность и внешний вид спортивного педагога.
6. Управление эмоциональным состоянием в педагогической деятельности.
7. Правила применения жестов
8. Речь педагога как инструмент передачи информации и средство воспитательного воздействия.
9. Особенности дыхания и голоса.
10. Дикция – важный компонент техники речи.
11. Культура педагога, её основные компоненты.
12. Понятие педагогического общения и его стили.
13. Педагогический такт педагога.
14. Понятие конфликта, их формы и содержание. Способы разрешения конфликтов.
15. Самовоспитание и саморазвитие спортивного педагога как проявление педагогической зрелости.
16. Создание эмоционально-положительного фона на занятиях.
17. Личностно-ориентированный подход в учебно-тренировочном процессе.
18. Многоплановость задач обучения и разнообразие способов их реализации.
19. Стимулирование активной познавательной деятельности занимающихся в процессе учебных и внеучебных занятий.
20. Создание ситуации успеха – залог творческой активности занимающихся.
21. Мастерство применения наглядных пособий, ТСО в зависимости от обучающих целей.
22. Психолого-педагогический анализ и оценка эффективности учебной и внеучебной деятельности.
23. Личностная и профессиональная концепция педагога как условие объективного самовосприятия и путь к самосовершенствованию.
24. Саморазвитие – высшие формы проявления познавательной активности педагога.
25. Самооценка в педагогической деятельности..
26. Самоанализ в педагогической деятельности. Рефлексия.
27. Самообразование как фактор совершенствования педагогического мастерства. 28. Взаимосвязь самовоспитания, саморазвития и самообразования.

29. Самовоспитание и самообразование как проявление педагогической зрелости и гражданственности.
30. Уровни педагогического мастерства спортивного педагога.
31. Требования к деятельности спортивного педагога
32. Функции тренера (в связи с разновидностью педагогической деятельности).
33. Личные качества спортивного педагога
34. Авторитет спортивного педагога
35. Педагогические способности. Общая характеристика способностей.
36. Виды педагогических способностей.
37. Формирование и компенсация способностей.
38. Педагогическое творчество.
39. Мотивы, составляющие творчество тренера.
40. Импровизации в деятельности тренера.
41. Анализ характеристик способностей тренеров разного уровня мастерства.
42. Уровни адаптации спортивного педагога в профессиональной деятельности.
43. Особенности индивидуального стиля деятельности спортивного педагога.
44. Зависимость индивидуального стиля деятельности от свойств нервной системы спортивного педагога.
45. Развитие спортивной активности у спортсменов с учетом индивидуальности. 46. Педагогический такт как проявление профессиональной культуры педагога.
47. Внимание и наблюдательность в педагогическом процессе.
48. Особенности воображения спортивного педагога. Пути развития воображения в педагогическом процессе.
49. Организаторские способности спортивного педагога. Пути их совершенствования.
50. Убеждение и внушение в системе коммуникативного воздействия. Перестройка ложных убеждений, ее приемы.
51. Психолого - педагогические особенности организации игровой деятельности на уроке и вне урока.
52. Конфликты и способы разрешения конфликтных ситуаций в спортивном коллективе.
53. Эмоции и эмоциональные проявления. Волевая саморегуляция .
54. Воспитательное дело: формы, организация, планирование, анализ.

Критерии оценивания:

В университете текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся по всем реализуемым ОП ВО - программам бакалавриата, программам

специалитета, программам магистратуры для всех форм обучения осуществляются с применением БРС.

Задачи БРС заключаются в повышении мотивации обучающихся к систематической учебной работе в течение семестра, активной научной, творческой, спортивной и общественной деятельности, а также в повышении уровня организации образовательного процесса в университете и совершенствовании внутривузовской системы контроля результатов обучения

В университете 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» - 80-100баллов;
- «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 бал 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 бал по итогам срезов составляет 30 и выше. В противном случае он автоматически получает – «незачтено». Если его средний рейтинговый бал 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 и премиальные баллы начисленные обучающемуся.

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

Если студент после пересдачи не получил положительной оценки, то он в установленные вузом сроки идет на комиссионную пересдачу 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.

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

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

- балльно-рейтинговая ведомость;
- зачетно- экзаменационно ведомость;
- зачетно- экзаменационно ведомость на пересдачу;
- 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».

6.3. Методические рекомендации для обучающихся и преподавателей по использованию ФОС

На лекционном занятии, согласно учебному плану дисциплины, студенту предлагается рассмотреть основные темы курса, связанные с принципиальными вопросами. Лекция должна быть записана студентом, однако, форма записи может быть любой (конспект, схематичное фиксирование материала, запись узловых моментов лекции, основных терминов и определений). Возможно выделение (подчеркивание, выделение разными цветами) важных понятий, положений.

Не следует записывать все, многие факты, примеры, детали, раскрывающие тему лекции, можно дополнительно просмотреть в учебной литературе, рекомендуемой преподавателем.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом *по заданию преподавателя*, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа является обязательной для каждого студента, а ее объем определяется учебным планом. Внеаудиторная самостоятельная работа по дисциплине включает такие формы работы, как: изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции); изучение рекомендуемых литературных источников; конспектирование источников; работа со словарями и справочниками; работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet; подготовка презентаций; ответы на контрольные вопросы; реферирование; написание докладов; подготовка к зачету.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются: уровень освоения учебного материала, умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач, полнота общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа, обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос, оформление отчетного материала в соответствии с известными или

заданными преподавателем требованиями, предъявляемыми к подобного рода материалам.

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

Основная литература:

1. Донской Д.Д., Зацiorский В.М. Биомеханика: Уч-ник для ин-тов физ.культ. - М.: Физкультура и спорт, 1979. - 264 с.: ил.: Советский спорт, 2003. - 464 с., ил.
2. Биомеханика двигательного аппарата человека/ Под.общ. ред. В.М. Зацiorского. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 143 с.: ил
3. Биомеханика физических упражнений/ Под.общ. ред. Е.К. Жукова. - М.: Физкультура и спорт, 1963. - 260 с.
4. Донской, Д.Д. Законы движений в спорте. Очерки по теории структурности движений [Электронный ресурс] — Электрон.дан. — Москва : Советский спорт, 1961. — 178 с
5. Донской, Д.Д. Законы движений в спорте. Очерки по теории структурности движений [Электронный ресурс] — Электрон.дан. — Москва : Советский спорт, 2015. — 178 с. — Режим доступа: <https://elanbook.com/book/69845>. — Загл. с экрана.
<https://e.lanbook.com/reader/book/69845/#1>
6. Бальсевич, В.К. Очерки по возрастной кинезиологии человека [Электронный ресурс] : учеб.пособие — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2009. — 220 с.
<https://e.lanbook.com/reader/book/10833/#1>
7. Баранцев, С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников: монография [Электронный ресурс] : монография — Электрон.дан. — Москва : Советский спорт, 2014. — 304 с.
<https://e.lanbook.com/reader/book/51773/#1>
8. Мысленная тренировка в психологической подготовке спортсмена: научная монография [Электронный ресурс] : монография / А.Н. Веракса [и др.]. — Электрон.дан. — Москва : Спорт, 2016. — 208 с.
<https://e.lanbook.com/reader/book/73808/#1>
9. Годик, М.А. Комплексный контроль в спортивных играх [Электронный ресурс] — Электрон.дан. — Москва : Советский спорт, 2010. — 336 с.
<https://e.lanbook.com/reader/book/4088/#1>
10. Коренберг, В.Б. Лекции по спортивной биомеханике [Электронный ресурс]: учеб. пособие — Электрон.дан. — Москва : Советский спорт, 2011. — 206 с.
<https://e.lanbook.com/reader/book/4095/#1>
11. Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика: монография

[Электронный ресурс]: монография — Электрон.дан. — Москва:Советский спорт, 2014. — 1048 с.
<https://e.lanbook.com/reader/book/51925/#1>

Дополнительная литература:

1. Давыдов, В.Ю. Отбор и ориентация пловцов по показателям телосложения в системе многолетней подготовки (теоретические и практические аспекты): монография [Электронный ресурс] : монография / В.Ю. Давыдов, В.Б. Авдиенко. — Электрон.дан. — Москва : Советский спорт, 2014. — 384 <https://e.lanbook.com/reader/book/51778/#1>
2. Психология физической культуры: учебник [Электронный ресурс] : учеб. — Электрон.дан. — Москва : Спорт, 2016. — 624 с. <https://e.lanbook.com/reader/book/79296/#1>
3. Модуль "Опорно-двигательный аппарат" [Электронный ресурс] — Электрон.дан. — Москва : Человек, 2011. — 80 с. <https://e.lanbook.com/reader/book/60522/#3>
4. Гиссен, Л.Д. Психология и психогигиена в спорте [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон.дан. — Москва : Советский спорт, 2010. — 160 с. <https://e.lanbook.com/reader/book/4087/#1>
5. Иссурин, В.Б. Подготовка спортсменов XXI века: научные основы и построение тренировки [Электронный ресурс] — Электрон.дан. — Москва : Спорт, 2016. — 464 с. <https://e.lanbook.com/reader/book/89993/#1>
<https://e.lanbook.com/reader/book/89993/#1>
6. Иссурин, В.Б. Спортивный талант: прогноз и реализация: Монография [Электронный ресурс] :моног. — Электрон.дан. — Москва : Спорт, 2017. — 240 с. <https://e.lanbook.com/reader/book/97403/#1>
<https://e.lanbook.com/reader/book/97403/#1>

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>

Научная электронная библиотека elibrary.ru.

Федерация спортивной борьбы России - wrestrus.ru

Федерация спортивной борьбы Дагестана - wrestdag.ru

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Методические указания к практическим занятиям

Учебный материал раздела направлен на повышение уровня функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение в ней личного опыта, обеспечивающего возможность самостоятельно, целенаправленно и творчески использовать средства физической культуры и спорта.

На занятиях предусматривается развитие познавательной активности, направленной на самостоятельное и постоянное использование средств физической культуры и спорта в целях физического совершенствования, формирования жизненных и профессионально значимых психофизических качеств и свойств личности, умений и навыков для обеспечения активного отдыха, профилактики общих и профессиональных заболеваний, травматизма, вредных привычек.

Подбор упражнений на практических занятиях должен предусматривать совершенствование ранее изученных и обучение новым двигательным действиям (умениям и навыкам), а также развитие качеств выносливости, силы, быстроты движений, ловкости и гибкости.

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

Microsoft Power Point, Microsoft Word

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя спортивные залы, тренажерный, гимнастический зал. Оборудованные аудитории для проведения лекционных занятий. Мультимедиа оборудование, аудитория, ноутбук, проектор. Оборудование для проведения самостоятельных и практических занятий спортивные залы (настольный теннис, гимнастический, тренажерный зал, зал борьбы), секундомер, рулетка, мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные, малые резиновые, скакалки, маты, весы, линейка, ленточный сантиметр, динамометр, гранат и т.д.

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 оснащенности 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 институтом 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.