

**Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный
педагогический университет им. Р. Гамзатова»**

Кафедра спортивных дисциплин и единоборств



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.08 «ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ 2»
Б1.О.08.07 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

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

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

Квалификация выпускника: Бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Год приема – 2025

Форма обучения	Семестр	Трудоемкость	Виды учебной работы					СРС	Форма аттестации
			Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Промежуточный контроль	СРС		
очная	7	108	10	38		9	51	экзамен	
заочная	4 курс	108	2	8		6	92	зачет	

Махачкала, 2025

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Теория и методика спортивной тренировки**» является сформировать у обучающихся:– знания о содержании современных теоретических и методических основах спортивной тренировки;– практические навыки, профессиональные компетенции и опыт профессиональной деятельности по организации и проведению учебно-тренировочного процесса.

Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы достижения компетенций
ОПК-6.	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	ОПК-6.1. Осуществляет отбор и применяет психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные) с учетом различного контингента обучающихся. ОПК-6.2. Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся. ОПК-6.3. Проектирует индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития.
ОПК-8.	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1. Применяет методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний. ОПК-8.2. Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса. ОПК-8.3. Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.
ПК-8	Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных.	ПК-8.1. Разрабатывает образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями. ПК-8.2. Формирует средства контроля качества учебно-воспитательного процесса. ПК-8.3. Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1.О.08.07 «**Теория и методика спортивной тренировки**» относится к **части, формируемой участниками образовательных отношений** учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Дисциплина Б1.О.08.07 «Теория и методика спортивной тренировки» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения дисциплин «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Физическая культура и спорт», «Теория и методика фи-

зического воспитания», «Физиология физкультурно-спортивной деятельности», «Спортивная подготовка обучающихся», «ПФСС (гимнастика)», «ПФСС (легкая атлетика)», «ПФСС (волейбол)», «Основы 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 по базовым видам спорта», «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: УК-7, ПК-8.

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Код компетенции	Знает	Умеет	Владеет
ОПК--6.1 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.	основные психолого-педагогические технологии профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	применять психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	психолого-педагогическими технологиями проведения профессиональной деятельности, на основе индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе необходимые для обучающихся с особыми образовательными потребностями.
ОПК-6. Специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.	особенности специальных технологий и методов, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.	применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.	технологиями проведения индивидуального обучения, развития воспитания, методами формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся.
ОПК-8.1 Применяет методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной области.	основные методы анализа педагогических ситуаций в профессиональной деятельности, средства и приемы профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности	применять методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной области.	навыками профессиональной рефлексии, анализа педагогических ситуаций на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности

	сти.		
ОПК-8.2 Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания предметной области, психолого-педагогические знания и научно-обоснованные закономерности организации образовательного процесса.	научно-обоснованные закономерности и психолого-педагогические особенности организации учебно-воспитательного и образовательного процесса.	проектировать и осуществлять учебно-воспитательный и образовательный процесс с учетом всех психолого-педагогических особенностей.	навыками проектирования и осуществления учебно-воспитательного и образовательного процесса с опорой предметной области и психолого-педагогических знаний.
ПК-2ПК-2.1 Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.	основные методы проектирования воспитательной деятельности для успешной реализации поставленных целей, знает требования ФГОС ОО и специфику учебного предмета	планировать, осуществлять постановку воспитательных целей, проектировать воспитательную деятельность, использовать методы реализации поставленных целей в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.	методами реализации поставленных воспитательных целей, навыками планирования и проектирования воспитательной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета
ПК-2ПК-2.2 Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).	основные способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору)	применять способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).	методами и формами организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору), способами организации и оценки различных видов внеурочной деятельности
ПК-2.3 Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся	особенности коммуникации с родителями, способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям)	выбирать и использовать необходимые способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам вос-	навыками применения способов консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми

по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.	лям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.	питания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.	образовательными потребностями.
---	--	--	---------------------------------

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часа). Дисциплина изучается в 9 семестре.

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоемкость	
	час.	В т.ч. по семестрам
		№7
Общая трудоемкость 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 / 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)	51	51
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)	9	
Вид промежуточного контроля: зачет с оценкой	Экзамен	Экзамен

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоемкость				
	час.	В т.ч. по семестрам			
		1 курс	п курс	п курс	5 курс
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	108				72
1. Контактная работа:					
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	4				4
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)	59				59
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)	3				

Вид учебной работы	Трудоёмкость				
	час.	В т.ч. по семестрам			
		1 курс	II курс	III курс	5 курс
Вид промежуточного контроля: зачет	зачет				зачет

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	Раздел 1 Теоретико-методические особенности управления спортивным тренировочным процессом	20	6		19/15	26/12
3	Раздел 2 Закономерности построения учебно-тренировочного процесса в различных видах спорта.	30	4/1		19/15	25/12
	<i>Курсовое проектирование</i>	X				-
	<i>Консультация к экзамену</i>	X				-
	<i>Подготовка к экзамену (зачету)</i>	X				X
	Итого:	108	10/1		38/30	51/24

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	Раздел 1 Теоретико-методические особенности управления спортивным тренировочным процессом	18	2		2	14
2	Раздел 2 Закономерности построения учебно-тренировочного процесса в различных видах спорта.	16	2			14
	<i>Курсовое проектирование</i>	X				-
	<i>Консультация к экзамену</i>	X				-
	<i>Подготовка к экзамену (зачету)</i>	3				X
	Итого:	69	4		6	59

5.1. Содержание разделов дисциплины (модуля)

Раздел 1 Теоретико-методические особенности управления спортивным тренировочным процессом

Общая характеристика системы спортивной подготовки. Средства, методы и принципы спортивной тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки в подготовке спортсменов. Физическая подготовка спортсменов. Основы методики технической подготовки спортсменов. Содержание и методика тактической подготовки спортсменов. Психическая подготовка спортсме-

нов в спортивной тренировке и интегральная подготовка спортсменов. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов). Методика построения микроциклов. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Методика построения мезоциклов. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) и технология их построения. Методика построения макроциклов. Основы построения многолетней спортивной тренировки. Планирование тренировочного процесса спортсменов. Основы управления и контроля в подготовке спортсменов. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки. Построение системы подготовки спортсменов в связи с факторами внешней среды. Современные проблемы спорта высших достижений.

Раздел 2 Закономерности построения учебно-тренировочного процесса в различных видах спорта.

Общая характеристика системы спортивной подготовки в избранном виде спорта. Тренировочные и соревновательные нагрузки в подготовке спортсменов в избранном виде спорта. Физическая подготовка спортсменов. Основы методики технической подготовки спортсменов в избранном виде спорта. Содержание и методика тактической подготовки спортсменов в избранном виде спорта. Психическая подготовка спортсменов в спортивной тренировке и интегральная подготовка спортсменов в избранном виде спорта. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов) в избранном виде спорта. Методика построения микроциклов в избранном виде спорта. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов) в избранном виде спорта. Методика построения мезоциклов в избранном виде спорта. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) и технология их построения в избранном виде спорта. Основы построения многолетней спортивной тренировки в избранном виде спорта. Планирование тренировочного процесса спортсменов в избранном виде спорта. Основы управления и контроля в подготовке спортсменов в избранном виде спорта. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки в избранном виде спорта. Современные проблемы спорта высших достижений в избранном виде спорта.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
1	Раздел 1 Теоретико-методические особенности управления спортивным тренировочным процессом	Изучение литературных и иных информационных источников (учебника, дополнительной литературы, конспектов лекций); конспектирование текста, ответы на контрольные вопросы (с использованием основной и дополнительной литературы по темам занятий); составление словаря (выписка основных понятий по дисциплине); подготовка рефератов; подготовка презентаций.
2	Раздел 2 Закономерности построения учебно-тренировочного процесса в различных видах спорта.	Изучение литературных и иных информационных источников (учебника, дополнительной литературы, конспектов лекций); конспектирование текста, ответы на контрольные вопросы (с использованием основной и дополнительной литературы по темам занятий); составление словаря (выписка основных понятий по дисциплине); подготовка рефератов; подготовка презентаций

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	Раздел 1 Теоретико-методические особенности управления спортивным тренировочным процессом	Тесты, устный опрос	ОПК-6; ОПК-8; ПК-2
2	Раздел 2 Закономерности построения учебно-тренировочного процесса в различных видах спорта.	Тесты, устный опрос, доклады, презентации, проекты	ОПК-6; ОПК-8; ПК-2

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» - **85-100 баллов;**
- «хорошо» - **70-84 баллов;**
- «удовлетворительно» - **51-69 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 пересдаче, 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.

Таблица 1.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине,	Отрицательная оценка	Положительные оценки		
Зачет	Не зачтено (менее 50 баллов)	Зачтено (более 50 баллов)		
Курсовая работа. Зачет с оценкой. Экзамен	Неудовлетворительно (менее 50 баллов)	Удовлетворительно (51-69 баллов)	Хорошо (70-84 баллов)	Отлично (85-100 баллов)

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

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

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

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

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

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

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

Обучающиеся имеют право:

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

Преподаватели обязаны:

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

Преподаватели имеют право:

- вносить предложения по совершенствованию технологии построения и применения рейтинговой системы в Университете;
- распределять баллы на текущий, рубежный и итоговый контроль по дисциплине из

общего количества баллов, выделенных на эти виды аттестации.

Кафедры обязаны систематически анализировать результаты применения рейтинговой системы.

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

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

Кафедры несут ответственность за:

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

7.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

1. Семестр – 7; форма аттестации – экзамен.

Примерный перечень тем курсовых работ

1. Тенденции развития спортивных достижений.
2. Основные направления совершенствования подготовки спортсменов в сфере: организации спортивной подготовки; материально технического обеспечения; в системе спортивной подготовки.
3. Аргументы против и в пользу «классической модели» построения круглогодичной тренировки.
4. Факторы, влияющие на тактику соревновательной деятельности.
5. Классические и альтернативные модели построения тренировочных макроциклов.
6. Технология построения больших тренировочных циклов.
7. Структура тактической подготовленности и факторы, влияющие на тактику соревновательной деятельности спортсменов.
8. Критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности к занятиям видом спорта.
9. Спортивно-техническое мастерство и критерии его оценки.
10. Современная методика воспитания собственно силовых способностей у спортсменов.
11. Современная методика воспитания скоростных способностей.
12. Основы современной методики воспитания скоростно-силовых способностей.
13. Методы воспитания общей аэробной выносливости.
14. Методы воспитания специальной выносливости(на примере избранного вида спорта).
15. Средства и методы направленного воздействия на гибкость тела.
16. Педагогический и врачебный контроль в системе спортивной тренировки.
17. Методы воспитания и особенности их применения в спорте (на примере своего вида спорта).
18. Средства восстановления спортсменов в процессе спортивной тренировки.
19. Особенности спортивной подготовки девушек.
20. Интервалы отдыха в рамках одного занятия определяющие направленность нагрузки.
21. Какие интервалы отдыха между отдельными занятиями используются для формирования кумулятивного эффекта долговременной адаптации?
22. Подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности
23. Методика развития скоростных и силовых способностей.
24. Факторы, определяющие структуру многолетнего тренировочного процесса.
25. Совершенствование статического и динамического равновесия.

26. Факторы, обуславливающие структуру микроциклов и мезоциклов тренировки.
27. Эффективность использования естественных внешне средовых факторов в подготовке спортсменов.
28. Особенности развития современного спорта высших достижений.
29. Основные направления совершенствования подготовки спортсменов в сфере: организации спортивной подготовки; материально-технического обеспечения; в системе спортивной подготовки.
30. Чем характеризуется и к чему приводит увеличение объема тренировочных нагрузок?
31. Дайте характеристику вспомогательным, общеподготовительным и восстановительным упражнениям.
32. Интервалы отдыха в рамках одного занятия определяющие направленность нагрузки.
33. Интервалы отдыха между отдельными занятиями используемые для формирования кумулятивного эффекта долговременной адаптации.
34. Особенности организации тренировки и ее задачи средства и методы на этапах начальной, углубленной специализации и спортивного совершенствования?
35. Интегральная подготовка, ее содержание и методика планирования.
36. Реализация методов максимальных и повторных изометрических усилий, метод динамических нагрузок.
37. Упражнения для совершенствования активной и пассивной гибкости.
38. Содержание и методика составления тактического плана выступления спортсменов в соревнованиях.
39. Практические методы тактической подготовки спортсменов.
40. Какие внешние факторы оказывают влияние на изменение нагрузки, получаемой при выполнении физических упражнений?
41. Основные положения при практическом построении микроциклов тренировки.
42. Основные симптомы утомления после малых, средних, больших и чрезмерных тренировочных нагрузок (приведите примеры).
43. Допустимые и наиболее неблагоприятные сочетания значительных и больших нагрузок различной направленности в рамках одного тренировочного занятия, (приведите примеры).

2. Примерный перечень вопросов к экзамену

1. Характерные черты спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки.
2. Общие и специальные принципы спортивной тренировки, их реализация в тренировочном процессе.
3. Понятие об эффекте тренировочных воздействий: ближайший, отставленный и кумулятивный, их отличительные признаки и взаимосвязь.
4. Функции и типы интервалов отдыха в тренировочном процессе спортсменов (ординарные, жесткие и максимизирующие).
5. Характеристика принципа направленности на максимально возможные достижения, углубленную специализацию и индивидуализацию спортивной тренировки.
6. Характеристика принципа единства общей и специальной физической подготовки спортсмена и непрерывности тренировочного процесса в подготовке спортсменов.
7. Характеристика принципа цикличности и волнообразности динамики тренировочных нагрузок.

8. Принципиальные положения постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок в подготовке спортсменов.
9. Компоненты системы тренировочно-соревновательной подготовки спортсменов их характеристика.
10. Система факторов, повышающих функционирования системы тренировки и соревнований.
11. Понятие о нагрузке. Классификация зон интенсивности тренировочных нагрузок.
12. Основные факторы, влияющие на динамику спортивных достижений в спорте.
13. Техническая подготовка спортсменов (задачи, средства, методы, стадии, этапы и их содержание).
14. Спортивная подготовка как многолетний процесс и ее структура.
15. Виды, задачи, средства, методы тактической подготовки спортсменов.
16. Роль, виды и содержание физической подготовки спортсменов.
17. Роль, виды, задачи, средства и методы психологической подготовки спортсменов.
18. Построение тренировки в малых тренировочных циклах
19. Особенности построения тренировки в различные периоды большого цикла тренировки.
20. Типовая периодизация большого цикла тренировки. Особенности периодизации в различных видах спорта.
21. Методические положения многолетнего процесса тренировки и соревнований.
22. Задачи, средства, методы и основная направленность тренировочного процесса на этапе начальной подготовки.
23. Предварительная подготовка как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений (задачи, средства, методы, направленность).
24. Стадии базовой подготовки спортсменов их характеристика.
25. Стадии максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей спортсмена (этапы и содержание).
26. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками в подготовке спортсменов.
27. Технологические подходы к построению тренировочных микроциклов.
28. Контроль за физическим состоянием спортсменов в системе спортивной тренировки.
29. Технологические подходы к построению средних циклов подготовки (мезоциклов).
30. Особенности организации и построения спортивной тренировки детей, юношей и девушек.
31. Определение мезоцикла и факторы, влияющие на структуру построения мезоциклов.
32. Критерии отбора спортсменов по различным видам спорта в сборную команду России.
33. Нагрузка и отдых как специфические компоненты спортивной тренировки.
34. Типы мезоциклов и методика их построения в системе спортивной тренировки.
35. Типы микроциклов и методика их построения в системе спортивной тренировки.
36. Методика развития скоростных способностей у спортсменов, контроль и оценка.
37. Методика развития координационных способностей у занимающихся, контроль и их оценка.

38. Методика развития скоростно-силовых способностей спортсменов в подготовительном периоде.
39. Методика развития выносливости у спортсменов в годичном цикле подготовки.
40. Факторы, предопределяющие необходимость варьирования внешних условий выполнения упражнений в подготовке спортсменов.
41. Технология построения больших тренировочных циклов в подготовке спортсменов.
42. Содержание и организация комплексного контроля подготовленности спортсменов в спортивных школах.
43. Спортивная ориентация. Критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности.
44. Организационные и методические аспекты отбора. Выявление одаренных спортсменов.
45. Специфические средства и методы тактической подготовки. Совершенствование тактического мышления.
46. Сущность и назначение планирования, его виды. Годовой план подготовки, его содержание и методика составления.
47. Факторы, обуславливающие структуру микроциклов тренировки.
48. Методика развития гибкости у детей на этапе начальной подготовки. Контроль и оценка развития гибкости.
49. Основные закономерности развития физических способностей у детей, занимающихся спортом.
50. Методика развития скоростно-силовых способностей у спортсменов в годичном цикле подготовки.

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»
ОПК-6.1 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.	основные психолого-педагогические технологии профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	основные психолого-педагогические технологии профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, но есть некоторые неточности в ответе	основные психолого-педагогические технологии профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на во-	Не знает основные психолого-педагогические технологии профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

			прос, требуются наводящие вопросы	
	применять психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	применять психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, но есть некоторые неточности в ответе	применять психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы	Не умеет применять психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
	психолого-педагогическими технологиями проведения профессиональной деятельности, на основе индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе необходимые для обучающихся с особыми образовательными потребностями	психолого-педагогическими технологиями проведения профессиональной деятельности, на основе индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе необходимые для обучающихся с особыми образовательными потребностями, но есть некоторые неточности в ответе	психолого-педагогическими технологиями проведения профессиональной деятельности, на основе индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе необходимые для обучающихся с особыми образовательными потребностями, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы	Не владеет психолого-педагогическими технологиями проведения профессиональной деятельности, на основе индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе необходимые для обучающихся с особыми образовательными потребностями
ОПК-6.2 Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить ин-	применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию	применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему	применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания,	Не умеет применять специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализа-

<p>дивидуализацию обучения, развития, воспитания, формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся</p>	<p>обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся</p>	<p>регуляции поведения и деятельности обучающихся, но есть некоторые неточности в ответе</p>	<p>формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы</p>	<p>цию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся</p>
	<p>технологиями проведения индивидуального обучения, развития воспитания, методами формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся, средства и приемы профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности</p>	<p>технологиями проведения индивидуального обучения, развития воспитания, методами формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся, но есть некоторые неточности в ответе деятельности, средства и приемы профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности</p>	<p>технологиями проведения индивидуального обучения, развития воспитания, методами формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы приемы профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы</p>	<p>Не владеет технологиями проведения индивидуального обучения, развития воспитания, методами формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся профессиональной деятельности, средства и приемы профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности</p>
<p>ОПК-8 ОПК-8.1 Применяет методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в</p>	<p>применять методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной об-</p>	<p>применять методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной области, но есть некоторые неточности в ответе</p>	<p>применять методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной области, но требуется помощь преподавателя,</p>	<p>Не умеет применять методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний, в том числе в пред-</p>

том числе в предметной области.	ласти		студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы	метной области
	навыками профессиональной рефлексии, анализа педагогических ситуаций на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности	навыками профессиональной рефлексии, анализа педагогических ситуаций на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности, но есть некоторые неточности в ответе	навыками профессиональной рефлексии, анализа педагогических ситуаций на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы	Не владеет навыками профессиональной рефлексии, анализа педагогических ситуаций на основе специальных научных знаний, в том числе в предметной деятельности
ОПК-8.2 Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания предметной области, психолого-педагогические знания и научно-обоснованные закономерности организации образовательного процесса	научно-обоснованные закономерности и психолого-педагогические особенности организации учебно-воспитательного и образовательного процесса	научно-обоснованные закономерности и психолого-педагогические особенности организации учебно-воспитательного и образовательного процесса, но есть некоторые неточности в ответе	обоснованные закономерности и психолого-педагогические особенности организации учебно-воспитательного и образовательного процесса, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы	научно-обоснованные закономерности и психолого-педагогические особенности организации учебно-воспитательного и образовательного процесса, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы
	проектировать и осуществлять учебно-воспитательный и образовательный процесс с учетом всех психолого-педагогических особенностей	проектировать и осуществлять учебно-воспитательный и образовательный процесс с учетом всех психолого-педагогических особенностей, но есть некоторые неточности в ответе	проектировать и осуществлять учебно-воспитательный и образовательный процесс с учетом всех психолого-педагогических особенностей, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно	Не умеет проектировать и осуществлять учебно-воспитательный и образовательный процесс с учетом всех психолого-педагогических особенностей

			но ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы	
	навыками проектирования и осуществления учебно-воспитательного и образовательного процесса с опорой предметной области и психолого-педагогических знаний	навыками проектирования и осуществления учебно-воспитательного и образовательного процесса с опорой предметной области и психолого-педагогических знаний, но есть некоторые неточности в ответе	Владеет навыками проектирования и осуществления учебно-воспитательного и образовательного процесса с опорой предметной области и психолого-педагогических знаний, но требуется помощь преподавателя, студент не способен самостоятельно ответить на вопрос, требуются наводящие вопросы	Не владеет навыками проектирования и осуществления учебно-воспитательного и образовательного процесса с опорой предметной области и психолого-педагогических знаний
УК -7.2 технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, не совсем точно отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Частично владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, частично отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья	Не владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
	Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом	Не совсем точно демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	Частично демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в	Не демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности

	задач обучения и воспитания в области физич. культуры личности.		области физической культуры личности.	ности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
<p>ПК-8 Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных.</p> <p>ПК-8.1. Разрабатывает образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями.</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>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 недостаточно полном освещении отдельных положений при постановке дополнительных вопросов; 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.</p> <p>Показал правильное владение приемами работы с программным, техническим и другим обеспечением; безошибочное чтение схем, графиков</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 недостаточно четкое выполнение практико-ориентированных заданий.</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
ПК-8.2. Формирует средства контроля качества учебно-воспитательного процесса.	Оценка «отлично» выставляется, если студент знает и умеет применять понятия и виды качественных и	Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и адек-	Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент не знает и не умеет применять по-

	<p>количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ (с учетом их направленности).</p>	<p>может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.</p> <p>Допускал незначительные недочёты в определении основных качественных и количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся</p>	<p>вательно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала.</p> <p>При этом выполнил в основном методико-практические задания, однако, но не обнаружил глубоких теоретических знаний, не в полной мере овладел основными положениями учебного материала.</p>	<p>нения 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).</p>
<p>ПК-8.3. Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент владеет способами оценки изменений в уровне подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы.</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент владеет способами оценки изменений в уровне подготовленности обучающихся.</p> <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>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент выполнил в основном методико-практические задания. Однако, не обнаружил глубоких теоретических знаний, не в полной мере овладел практическими умениями оценки уровня подготовленности учащихся.</p>	<p>Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент не владеет способами оценки изменений в уровне подготовленности обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы.</p>

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

1. Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 4-е изд., стер. - М.: Советский спорт, 2010. - 464 с.
2. Фискалов В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов / В. Д. Фискалов. – М.: Советский спорт, 2010. – 392 с.
3. Холодов Ж. К. Теория и методика физ. восп. и спорта: учебное пособие для студ. высш. учеб.зав. -4-е изд., испр. и доп. / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов.- М.: Издательский центр «Академия», 2012.-480с.

8.2. Перечень дополнительной учебной литературы

:

5. Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник./ А.А. Васильков – Ростов н/Д: Феникс, 2008.– 381.
6. Годик, М.А. Комплексный контроль в спортивных играх/ М.А. Годик, А.П. Скородумова.–М.: Советский спорт, 2011. –336 с.
7. Губа В.П. Резервные возможности спортсменов: Монография: / В.П. Губа.– М.: Физкультура и спорт, 2008.–146 с.
8. Максименко А. М. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов физической культуры/ А.М. Максименко. - 2-е изд, испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с.
9. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. – 544 с.
10. Мирзоев, О.М. Применение восстановительных средств в спорте / О.М. Мирзоев. – М.: Спортакадемпресс, 2000. – 204с.
11. Холодов, Ж.К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта: учебное пособие для вузов физ. культуры / Ж. К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 2-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2005. - 144 с. -
12. Чермит К.Д. Теория и методика физической культуры: опорные схемы. – М.: Советский спорт, 2005. – 272 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:

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 по дисциплине.

Видеофильмы, плакаты, слайды по различным разделам учебной программы.

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

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.

- 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 аудиторские 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 студентами учебного материала.

Индивидуальный опрос предполагает обстоятельные, связные ответы студентов на вопрос, относящийся к изучаемому учебному материалу, поэтому он служит важным средством развития профессиональной речи, памяти, мышления студентов. В целях рационального использования учебного времени планируется проведение комбинированного опроса, сочетающего устный опрос с практическим показом.

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.

Автор рабочей программы дисциплины (модуля) «Теория и методика спортивной тренировки»: зав. кафедрой спортивных дисциплин и единоборств, канд. пед. наук, доцент, Мансуров Т.М.

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ):

«Теория и методика спортивной тренировки»

1. Целью освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика спортивной тренировки» является сформировать у обучающихся:– знания о содержании современных теоретических и методических основах спортивной тренировки;– практические навыки, профессиональные компетенции и опыт профессиональной деятельности по организации и проведению учебно-тренировочного процесса.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1.О.08.07 «Теория и методика спортивной тренировки» относится к **части, формируемой участниками образовательных отношений** учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

3. Требования к результатам освоения дисциплины(модуля):

Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы достижения компетенций
ОПК-6.	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	ОПК-6.1. Осуществляет отбор и применяет психолого-педагогические технологии (в том числе инклюзивные) с учетом различного контингента обучающихся. ОПК-6.2. Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся. ОПК-6.3. Проектирует индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития.
ОПК-8.	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1. Применяет методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний. ОПК-8.2. Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса. ОПК-8.3. Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.
ПК-8	Способен организовывать образовательный процесс с использованием современных образовательных технологий, в том числе дистанционных.	ПК-8.1. Разрабатывает образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями. ПК-8.2. Формирует средства контроля качества учебно-воспитательного процесса. ПК-8.3. Разрабатывает план коррекции образовательного процесса в соответствии с результатами диагностических и мониторинговых мероприятий.

4. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет _3_ зачетные единицы (108 часов).

5. Семестр: 7

6. Основные разделы дисциплины (модуля):

Раздел 1 Теоретико-методические особенности управления спортивным тренировочным процессом

Раздел 2 Закономерности построения учебно-тренировочного процесса в различных видах спорта.

7. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации:
зачет с оценкой.

8. Автор: Мансуров Т.М., зав. кафедрой спортивных дисциплин и единоборств