

Т МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева»
(Астраханский государственный университет им. В. Н. Татищева)

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП

О.В. Морозова
«04» апреля 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
Образовательных технологий физической
культуры и спорта
«04» апреля 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Теория и методика спорта

Составитель(-и)	Ермолина Н.В., к.п.н., доцент кафедры образовательных технологий физической культуры и спорта;
Согласовано с работодателями	Жевак Р.Р. директор МБУ ДО г. Астрахани «Спортивная школа №1» Слободяник В.В., директор ГБУ ДО Астраханской области «Спортивная школа водных видов спорта им. Б.Н. Скокова»
Направленность (профиль) ОПОП	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)
Квалификация (степень)	бакалавр
Форма обучения	очная
Год приема	2024
Курс	4-5
Семестр	7,8,9

АСТРАХАНЬ – 2024

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Целями освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика спорта» является: формирование теоретической и практической профессиональной подготовки в области физической культуры и спорта.

1.2. Задачи освоения дисциплины (модуля):

- ознакомить с технологией труда педагога по физической культуре и спортивного тренера;
- совершенствовать профессиональные умения физкультурно–спортивной деятельности на модели избранного вида спорта;
- сформировать технико–тактический арсенал избранного вида спорта и повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть теоретическими и практическими знаниями, умениями и навыками касающихся принципов, средств, методов и нагрузок, применяемых в спортивной тренировке;
- раскрыть многокомпонентный состав подготовки спортсменов, построения спортивной тренировки, рассмотреть управление, планирование и контроль в спорте.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

2.1. Учебная дисциплина (модуль) «Теория и методика спорта» относится к обязательной части. Дисциплина осваивается в 7–9 семестрах. Общая трудоемкость дисциплины: 12 зач. ед.

В освоении курса главное внимание отводится рассмотрению вопросов профессионально-педагогического мастерства; профессионально-прикладным аспектам теории и методики спорта; системе подготовки спортсменов; технологии возрастных основ спортивной тренировки

Освоение учебного курса позволит рассмотреть многокомпонентный состав подготовки спортсменов, сформировать знания в области подготовки спортсменов в различных видах спорта. Изучить основы планирования, контроля и учета, связанного с основой спортивной тренировки.

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и компетенции, способствующие осуществлению профессиональной деятельности во всех типах учреждений, связанных со спортивной подготовкой и полученные студентами вследствие изучения таких дисциплин учебного плана как: основы профессиональной деятельности по физической культуре, гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры, история физической культуры, документирование в физической культуре и спорте, теория и организация массового спорта и т.д.

В результате изучения дисциплины обучающийся должен приобрести

Знания

- закономерности современного развития спорта, основные понятия, разновидности спортивного движения в обществе;
- особенности сложившейся передовой системы спортивной подготовки: ее цели, компоненты, нормативные документы, перспективы современного развития и совершенствования;
- принципы, средства и методы эффективной подготовки юных и квалифицированных спортсменов современные технологии подготовки спортсменов различной квалификации, возраста и пола;
- теоретические и методические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств на различных этапах спортивной подготовки, технологии реализации тренировочных воздействий;

- закономерности прогнозирования и моделирования в спорте, планирования и программирования тренировочного процесса, технологию сопровождения и управления соревновательной и спортивно-тренировочной деятельностью;
- приоритетные научные направления и проблемы спортивной подготовки, методологию и методы изучения особенностей тренировочного процесса спортсменов различной квалификации, возраста и пола.

умения:

- вести тренировочный процесс с использованием современных теоретических и методических концепций в подготовке юных, молодых и квалифицированных спортсменов;
- использовать полученные знания по предмету в своей тренерской работе, обосновывать цели и ставить задачи спортивной подготовки своих учеников;
- использовать современные технологии при подборе адекватных целям, задачам и планируемому уровню подготовленности спортсменов тренировочных средств, режимов и объемов нагрузки;
- планировать эффект воздействия тренировочных и соревновательных упражнений на системы организма, обеспечивающие развитие специальных двигательных качеств, рост технического и технико-тактического мастерства спортсменов различной квалификации;
- проводить учебные и тренировочные занятия с учетом методических особенностей их построения со спортсменами различной квалификации и пола, на различных этапах циклического построения занятий;
- использовать современные методы прогнозирования, планирования, организации, учета и контроля процесса спортивной подготовки спортсменов различной квалификации и пола, на различных этапах циклического построения занятий;
- осуществлять научное сопровождение тренировочного процесса.

навыки

- навыками осуществления тренерской деятельности;
- методами диагностики тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов;
- способами осуществления организаторской и управленческой деятельности, технологией принятия тактических и стратегических решений.

2.3. Последующие учебные дисциплины (модули) и (или) практики, для которых необходимы знания, умения, навыки, формируемые данной учебной дисциплиной (модулем): Фитнес–технологии, Основы спортивной подготовки в базовых видах спорта, Спортивное совершенствование. Изучение дисциплины тесно связано с производственной практикой студентов.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки (специальности):

Общепрофессиональные

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, в том числе в предметной области
	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

Профессиональные

ПК-3. Способен организовывать и осуществлять отборочный, тренировочный и образовательный процессы по избранному виду спорта	ПК.3.1. Знает нормативные документы, регламентирующие отборочный, тренировочный и образовательный процессы в области ФКиС
	ПК.3.2. Определяет содержание и требования к результатам освоения образовательных программ в области физической культуры, отбирает, диагностический инструментарий для оценки динамики процесса обучения и воспитания
	ПК.3.3. Планирует и осуществляет руководство действиями обучающихся в процессе профессиональной деятельности. Анализирует данные результатов образовательного процесса по физической культуре.

Таблица 1. Декомпозиция результатов обучения

Код компетенции	Планируемые результаты освоения дисциплины		
	Знать	Уметь	Владеть
ОПК 8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК.8.1.1 содержание специальных научных данных в области спорта в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. на основе базовых национальных ценностей	ОПК.8.2.1 знать технологии анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний по физической культуре и спорту для решения профессиональных задач и осуществления педагогической деятельности на основе базовых национальных ценностей	ОПК.8.3.1 знать методы и способы научно-педагогического исследования в предметной области физическая культура и спорт на основе базовых национальных ценностей
	ОПК.8.1.2. уметь пользоваться методами научно-педагогического исследования в предметной области физическая культура и спорт на основе базовых национальных ценностей	ОПК.8.2.2. уметь пользоваться и применять научные знания в ситуациях, моделирующих профессионально-педагогическую деятельность на основе базовых национальных ценностей	ОПК.8.3.2. уметь использовать методы и способы научно-педагогического исследования в предметной области спорт для обучения различных категорий людей двигательным действиям на основе специальных научных знаний и на

			основе базовых национальных ценностей
	ОПК.8.1.3. владеть технологиями анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний и национальных ценностей в соответствии с предметной областью физическая культура и спорт	ОПК.8.2.3 Уметь определять на основе специальных научных знаний причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения во время осуществления педагогической деятельности;	ОПК.8.3.3. владеть специальными научными знаниями в области профессионально-педагогической деятельности по физической культуре и спорту для анализа причин ошибок техники двигательных действий.
ПК 3 Способен организовывать и осуществлять отборочный, тренировочный и образовательный процессы по избранному виду спорта	ПК 3.1.1 Знает нормативные документы, регламентирующие отборочный, тренировочный и образовательный процессы в области спорта	ПК 3 2.1. Определяет содержание и требования для тренировочного и образовательного процессов для определения результатов освоения программ по избранному виду спорта отбирает, диагностический инструментарий для оценки динамики процесса обучения и воспитания в избранном виде спорта	ПК 3.3.1. знать методики и технологии планирования для осуществления руководства действиями обучающихся в процессе профессиональной деятельности, а также для отбора спортсменов
	ПК 3.1.2. уметь структурировать отборочный, тренировочный и образовательный процессы по избранному виду	ПК 3.2.2. Планирует и осуществляет руководство действиями для отборочного, тренировочного и образовательного	ПК 3.3.2. уметь применять средства и методы анализа результатов освоения основных программ по избранному виду

	спорта	процессов по избранному виду спорта	спорта для отбора наиболее талантливых спортсменов.
	ПК 3.1.3. владеть способами диагностики и определения результативности образовательных программ по избранному виду спорта на основе современных образовательных технологий для отбора талантливых спортсменов	ПК 3.2.3. владеть технологиями диагностирования освоения программ по избранному виду спорта с использованием современных образовательных технологий	ПК 3.3.3. владеть средствами, методами и технологиями диагностирования результатов освоения программ по избранному виду спорта для отбора талантливых спортсменов.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины в соответствии с учебным планом составляет 4 зачетные единицы (252 часа).

Трудоемкость отдельных видов учебной работы студентов очной, приведена в таблице 2.1

Таблица 2.1. Трудоемкость отдельных видов учебной работы по формам обучения

Вид учебной и внеучебной работы	для очной формы обучения
Объем дисциплины в зачетных единицах	11
Объем дисциплины в академических часах	396
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе (час.):	80
- занятия лекционного типа, в том числе:	38
- практическая подготовка (если предусмотрена)	
- занятия семинарского типа (семинары, практические, лабораторные), в том числе:	38
- практическая подготовка (если предусмотрена)	
- в ходе подготовки и защиты курсовой работы ¹	2
- консультация (предэкзаменационная) ²	2
- промежуточная аттестация по дисциплине ³	
Самостоятельная работа обучающихся (час.)	316
Форма промежуточной аттестации обучающегося (зачет/экзамен), семестр (ы)	зачет- 7,8 семестр экзамен – 9 семестр

¹Числовые данные в данной строке соответствуют трудоемкости, указанной в учебном плане в столбце «КР/КП» Если курсовая работа не предусмотрена – необходимо удалить строку «Контактная работа в ходе подготовки и защиты курсовой работы».

² Числовые данные в данной строке соответствуют трудоемкости, указанной в учебном плане в столбце «Конс. (для гр.)»

³ Числовые данные в данной строке соответствуют трудоемкости, указанной в учебном плане в столбце «КПА»

Таблица 2. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Контактная работа, час.						СР, час.	Итого часов	Форма текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации <i>[по семестрам]</i>	
	Л		ПЗ		ЛР					КР / КП
	Л	в т.ч. ПП	ПЗ	в т.ч. ПП	ЛР	в т.ч. ПП				
МОДУЛЬ 1 Общая характеристика теории спорта.										
Тема 1. Основные понятия в спортивной тренировке.	2		2					14	18	презентация
Тема 2.. Функции спорта. Классификация видов спорта.	2		2					14	18	доклад
Тема 3. Виды соревнований. Способы проведения соревнований. Определение спортивного результата.	2		2					14	18	устный опрос
Тема 4. Роль коллектива, морального и психологического климата в нем.	2		2					14	18	практическое задание (программа соревнований)
Тема 5. Моделирование, планирование и прогнозирование в спорте.	2		2					14	18	Практическое задание
Тема 6. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке.	2		2					14	18	практическая работа (план спортивного мероприятия)
7 семестр	12		12					84	108	зачет
МОДУЛЬ 2										
Подготовка спортсменов										
Тема 7. Цель, средства и принципы спортивной тренировки.	2		2					18	22	реферат
Тема 8. Общая физическая подготовка в спорт	4		4					18	26	доклад, устный опрос
Тема 9. Специальная физическая подготовка в спорте	2		2					20	24	устный опрос, домашнее задание
Тема 10 Функциональная подготовка.	2		2					18	22	доклад

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Контактная работа, час.							СР, час.	Итого часов	Форма текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации <i>[по семестрам]</i>
	Л		ПЗ		ЛР		КР / КП			
	Л	в т.ч. ПП	ПЗ	в т.ч. ПП	ЛР	в т.ч. ПП				
Тема 11. Техническая подготовка.	2		2					20	24	
Тема 12. Тактическая подготовка в спорте.	2		2					18	22	
8 семестр	16		16					112	144	зачет
МОДУЛЬ 3 Периодизация спортивной тренировки										
Тема 13 Структура тренировочного процесса.	2		2					24	28	Контрольная работа
Тема 14 Понятие о микро-, мезо- и макроциклах.	2		2					24	28	презентация (доклад)
Тема 15 Структура тренировочного занятия.	2		2					24	26	реферат
Тема 16 Проблемы периодизации спортивной тренировки.	2		2					24	26	доклад
Тема 17 Структура многолетней подготовки.	2		2					24	28	
Консультации									2	
Курсовая работа									2	
9 семестр										экзамен
	10		10					120	144	
Итого за весь период	38		38					316	396	

Условные обозначения:

Л – занятия лекционного типа; ПЗ – практические занятия, ЛР – лабораторные работы;
КР – курсовая работа; СР – самостоятельная работа по отдельным темам

Таблица 3. Матрица соотнесения тем/разделов учебной дисциплины/модуля и формируемых в них компетенций

Темы, разделы дисциплины	Кол-во часов	Компетенции (указываются компетенции перечисленные в п.3)		Σ общее количество компетенций
		ОПК-8	ПК-3	
МОДУЛЬ 1 Общая характеристика теории спорта.				
Тема 1. Основные понятия в спортивной тренировке.	18	+	+	2
Тема 2.. Функции спорта. Классификация видов спорта.	18	+		2
Тема 3. Виды соревнований. Способы проведения соревнований. Определение спортивного результата.	18	+	+	2
Тема 4. Роль коллектива, морального и психологического климата в нем.	18	+	+	2
Тема 5. Моделирование, планирование и прогнозирование в спорте.	18	+	+	2
Тема 6. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке.	18	+	+	2
МОДУЛЬ 2 Подготовка спортсменов.				
Тема 7. Цель, средства и принципы спортивной тренировки.	22	+	+	2
Тема 8. Общая физическая подготовка в спорте	26	+	+	2
Тема 9. Специальная физическая подготовка в спорте	24	+	+	2
Тема 10 Функциональная подготовка.	22	+	+	2
Тема 11. Техническая подготовка.	24	+	+	2
Тема 12. Тактическая подготовка в спорте.	22	+	+	2
. МОДУЛЬ 3 Периодизация спортивной тренировки.				
Тема 13 Структура тренировочного процесса.	28	+	+	2

Тема 14 Понятие о микро-, мезо- и макроциклах.	28	+	+	2
Тема 15 Структура тренировочного занятия.	26	+	+	2
Тема 16 Проблемы периодизации спортивной тренировки.	26	+	+	2
Тема 17 Структура многолетней подготовки.	28	+	+	2
Курсовая работа	2	+	+	2
Консультации	2	+	+	2
	396	1	1	2

Краткое содержание тем дисциплины (модулей).

Общая концепция спорта и тенденции его развития.

Понятийный аппарат теории спорта и его совершенствование. Современные концептуальные представления о генезисе спорта, его специфических и общекультурных функциях в обществе. Историческая динамика спортивных достижений, ее прогнозирование в обозримом будущем. Основные факторы достижений в спорте. Тенденции дифференциации спортивного движения в обществе. Массовый спорт и спорт высших достижений, роль и место спорта в системе образования: воспитания и профессионально-прикладной подготовки, в сфере культуросозидательной деятельности, в сфере рекреации и реабилитации. Тенденция профессионализации спорта высших достижений, ее особенность в коммерческом спорте (зрелищном спортивном бизнесе) и в собственно достиженческом спорте. Проблематика исследования закономерностей функционирования и развития спорта. Роль науки в утверждении гуманной сущности спорта как фактора человеческого развития, в устранении антигуманных средств искусственного форсирования спортивных результатов (допингов, анаболических стероидов и т.п.), в научно-методическом обеспечении спортивной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Теория спортивных соревнований. Сущность спортивных соревнований, их роль и многообразие в современном спорте, теория спортивно-соревновательной деятельности, классификация спортивных соревнований и разработка рациональной системы соревнований.

Концепция системы подготовки спортсменов. Системные представления о подготовке спортсменов. Характеристика ее компонентов, условий функционирования и соотношения в ней подсистемы целевых функций и моделей (цели и подцели, модели соревновательной и подготовительной деятельности); подсистемы функций обеспечения (профессионализм тренеров, спортивный отбор, материально-техническое оснащение, формы организации и управления) и подсистемы функций реализации (тренировка, соревнования, восстановление, формирование личности спортсмена).

Спортивная ориентация и отбор. Теоретические и методические предпосылки решения проблемы целесообразной спортивной ориентации приобщаемых к спорту и отбора одаренных спортсменов, способных к высшим спортивным достижениям. Организационные и методические основы спортивной ориентации и отбора. Направления дальнейшей разработки методологии, критериев и методов диагностики спортивной предрасположенности индивида, совершенствования спортивной ориентации и отбора.

Основные закономерности спортивной тренировки. Направления дальнейшего познания и отображения закономерностей тренировки в принципах деятельности тренера и спортсмена. Содержание и основные положения современной методики технической, тактической, физической и психической интеллектуальной и интегральной подготовки спортсмена. Научно-прикладная проблематика совершенствования спортсменов в этих компонентах тренировки.

Концепция структуры спортивно-тренировочного процесса как относительно устойчивого порядка его развертывания в рамках малых (микро), средних (мезо) и больших (макро) циклов. Представления о закономерностях, лежащих в основе циклической структуры спортивной тренировки. Типология тренировочных циклов. Научно-прикладная проблематика совершенствования форм построения спортивной тренировки в микро-, мезо- и макроциклах. Конструктивные подходы в обеспечении единства тренировочной и соревновательной деятельности спортсмена. Совершенствование технологии управления процессом развития спортивной формы (состояния оптимальной готовности спортсмена к достижению) как одна из центральных проблем теории и практики построения системы тренировки и соревнований.

Спортивная тренировка. Понятия, цель, задачи Цель спортивной тренировки. основные задачи спортивной тренировки. Принципы спортивной тренировки. Направленность на максимально возможные достижения, углубленная специализация и индивидуализация. Единство общей и специальной подготовки. Цикличность тренировочного процесса.

Средства спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки и их характеристика. Соревновательные упражнения. Специально-подготовительные упражнения (СПУ) (подводящие и развивающие упражнения) Общеподготовительные упражнения (ОПУ). Учет особенностей спортивной специализации при подборе средств тренировки. Дополнительные средства спортивной тренировки.

Методы спортивной тренировки. Классификация методов спортивной тренировки. Характеристика методов спортивной тренировки и их особенности. Специфические методы спортивной тренировки. общепедагогические методы.

Нагрузки применяемые в спорте. Нагрузки в спорте. Понятие нагрузка в спорте. Соревновательная нагрузка. Внешние показатели нагрузки. Показатели интенсивности. Внутренние показатели нагрузки. нагрузки, применяющиеся в спорте. Классификация нагрузок - по характеру, по направленности, по координационной сложности, по психической напряженности. Классификация нагрузок и характеристика отдельных зон интенсивности. Тренировочные нагрузки. Характер упражнений. Интенсивность нагрузки. Объем работы. Продолжительность и характер интервалов отдыха.

Теоретическая подготовка и Психологическая подготовка. Теоретическая подготовка. Общая и специальная теоретическая подготовка. Средства теоретической подготовки. Методы теоретической подготовки-беседы, лекции, таблицы, тактические схемы, видеозаписи и др. Разделы теоретической подготовки Психологическая подготовка. общая психологическая подготовка и психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Содержание психологической подготовки, ее построение, средства и методы определяются спецификой вида спорта. средства и методы психологической подготовки.

Техническая подготовка и физическая подготовка. Техническая подготовка и ее характеристика. Средства технической подготовки. Методы технической подготовки. Спортивная техника- приемы и способы выполнения двигательных действий. Техника физических упражнений- эффективный способ выполнения двигательного действия. Физическая подготовка.- Основы воспитания физических качеств. Физические качества и их

характеристика. Средства и методы воспитания физических качеств. Тренажеры для развития физических качеств.

Тактическая подготовка и интегральная подготовка. Задачи тактической подготовки: Общие положения тактики избранного вида спорта, тактические приемы. Изучение соперника и условий состязаний. Моделирование условий соревновательной деятельности. Тактическое мастерство спортсмена. Виды тактической подготовки: общая и специальная. Тактические знания спортсмена. Виды тактики. Интегральная подготовка (ИП). Средства ИП. Методы ИП. Спортивные соревнования - высшая форма ИП.

Концепция многолетней подготовки спортсмена. Теоретико-методические представления об основных этапах многолетней спортивной деятельности и особенностях спортивной подготовки на отдельных этапах базовой подготовки, максимальной реализации спортивно-достиженческих возможностей, завершающем этапе. Проблематика дифференциации системы тренировки и соревнований на этих этапах в зависимости от возраста спортсмена и его спортивно-достиженческих возможностей. Особенности методики подготовки юных спортсменов и спортсменов-ветеранов.

Тенденции совершенствования техники и технологии управления деятельностью спортсмена в процессе подготовки. Методическая проблематика целесообразного использования в ней тренажерных, программирующих, информационных, коррекционных, других аппаратных устройств и специализированного оборудования, позволяющих реализовать идею «управляющей среды».

Программирование и контроль в подготовке спортсмена. Современные подходы в прогнозировании индивидуальных спортивных результатов и соответствующих им параметров подготовленности спортсмена. Проблематика разработки Единой спортивной классификации, совершенствования ее роли в целевой ориентации подготовки спортсменов и оценке достигаемых результатов. Характеристика модельно-целевого подхода в программировании подготовки спортсмена (с разработкой модели соревновательной деятельности, модели намечаемого уровня подготовленности спортсмена, модельных параметров тренировочных нагрузок и других факторов подготовки, необходимых для достижения целевого результата).

Проблематика совершенствования процедур перспективного, этапного и текущего планирования спортивной подготовки. Принцип перманентной взаимосвязи планирования и контроля в подготовке спортсмена, условия его реализации. Методология и методика комплексного контроля процесса подготовки и состояния спортсмена. Проблематика повышения уровня информативности используемых в нем контрольных показателей, совершенствования средств и способов контроля. Перспективы компьютеризации процедур программирования и контроля в подготовке спортсмена.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРЕПОДАВАНИЮ И ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Указания для преподавателей по организации и проведению учебных занятий по дисциплине (модулю).

В ходе освоения дисциплины лабораторные занятия не предусмотрены.

Организация и проведение лекционных, практических (семинарских) занятий формируется с учетом основных законов биологического развития человека и дидактических принципов обучения. В курсе используются результаты новейших исследований ученых связанных с проблемами физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности.

Методика проведения практических занятий построена таким образом, чтобы закрепить материал, получаемый студентом на лекциях, где в ходе контактной работы изучаются основные понятия и методические задачи гимнастики, определяется содержание упражнений и методика обучения, формы организации занятий гимнастикой с различным возрастным контингентом.

5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины (модулю)

Самостоятельная работа организуется по работе с обеспечением глубокого теоретического осмысления основ физического воспитания и спорта, выполнения творческих работ по направлениям изучаемых тем, а так же и формирования умения практической реализации основных теоретико-методических положений в профессиональной деятельности бакалавра по данному направлению.

Самостоятельная работа студента предполагает различные формы индивидуальной учебной деятельности: конспектирование научной и другой литературы, законодательной и другой нормативно-правовой документации, сбор и анализ практического материала в средствах СМИ, ведение словаря и методической папки, проектирование, выполнение тематических творческих заданий, проведение опросов среди занимающихся гимнастикой, просмотр видеоматериалов, предусмотренных программой и пр. Выбор форм и видов самостоятельной работы определяются индивидуально-личностным подходом к обучению совместно преподавателем и студентом.

Таблица 4. Содержание самостоятельной работы обучающихся

Номер радела (темы)	Темы/вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Кол-во часов	Формы работы
МОДУЛЬ 1 Общая характеристика теории спорта.			
Тема 1.	Понятийный аппарат теории спорта и его совершенствование. Современные концептуальные представления о генезисе спорта, его специфических и общекультурных функциях в обществе.	14	опрос по теме
Тема 2..	Тенденция профессионализации спорта высших достижений, ее особенность в коммерческом спорте (зрелищном спортивном бизнесе) и в собственно достиженческом спорте.	14	практическое задание составление схемы «Функции спорта»
Тема 3.	Историческая динамика спортивных достижений, ее прогнозирование в обозримом будущем. Основные факторы достижений в спорте. Тенденции дифференциации спортивного движения в обществе.	14	презентация
Тема 4.	Массовый спорт и спорт высших достижений, роль и место спорта в системе образования: воспитания и профессионально-прикладной подготовки, в сфере культуросозидательной деятельности, в	14	практическое задание

	сфере рекреации и реабилитации.		
Тема 5.	Проблематика исследования закономерностей функционирования и развития спорта. Роль науки в утверждении гуманной сущности спорта как фактора человеческого развития, в устранении антигуманных средств искусственного форсирования спортивных результатов (допингов, анаболических стероидов и т.п.).	14	устный опрос
Тема 6.	Сущность спортивных соревнований, их роль и многообразие в современном спорте, теория спортивно-соревновательной деятельности, классификация спортивных соревнований и разработка рациональной системы соревнований.	14	презентация. опрос
МОДУЛЬ 2 Подготовка спортсменов.			
Тема 7.	Системные представления о подготовке спортсменов. Характеристика ее компонентов, условий функционирования и соотношения в ней подсистемы целевых функций и моделей (цели и подцели, модели соревновательной и подготовительной деятельности)	18	Составить таблицу применения средств физического воспитания в избранных видах спорта.
Тема 8.	Содержание и основные положения современной методики технической, тактической, физической и психической интеллектуальной и интегральной подготовки спортсмена.	18	опрос по теме
Тема 9.	Научно-прикладная проблематика совершенствования спортсменов в этих компонентах тренировки.	20	реферат
Тема 10	С Подсистемы функций обеспечения (профессионализм тренеров, спортивный отбор, материально-техническое оснащение, формы организации и управления) и подсистемы функций реализации (тренировка, соревнования, восстановление, формирование личности спортсмена).одержание и основные положения современной методики тактической подготовки в спорте	18	Устный опрос
Тема 11.	Организационные и методические основы спортивной ориентации и отбора. Содержание и основные	20	Устный опрос

	положения. Теоретические и методические предпосылки решения проблемы целесообразной спортивной ориентации приобщаемых к спорту и отбора одаренных спортсменов, способных к высшим спортивным достижениям. Организационные и методические основы спортивной ориентации и отбора.		
Тема 12.	Представления о закономерностях, лежащих в основе циклической структуры спортивной тренировки. Типология тренировочных циклов.	18	Устный опрос
МОДУЛЬ 3 Периодизация спортивной тренировки.			
Тема 13	Теоретико-методические представления об основных этапах многолетней спортивной деятельности и особенностях спортивной подготовки на отдельных этапах базовой подготовки, максимальной реализации спортивно-достиженческих возможностей, завершающем этапе. Проблематика дифференциации системы тренировки и соревнований на этих этапах в зависимости от возраста спортсмена и его спортивно-достиженческих возможностей. Особенности методики подготовки юных спортсменов и спортсменов-ветеранов.	24	доклад по теме Устный опрос
Тема 14	Концепция структуры спортивно-тренировочного процесса как относительно устойчивого порядка его развертывания в рамках малых (микро), средних (мезо) и больших (макро) циклов. Научно-прикладная проблематика совершенствования форм построения спортивной тренировки в микро-, мезо- и макроциклах. Конструктивные подходы в обеспечении единства тренировочной и соревновательной деятельности спортсмена.	24	Устный опрос
Тема 15	Современные подходы в прогнозировании индивидуальных спортивных результатов и соответствующих им параметров подготовленности спортсмена. Проблематика разработки Единой спортивной классификации, совершенствования ее роли в целевой ориентации подготовки спортсменов и	24	доклад по теме Устный опрос

	оценке достигаемых результатов.		
Тема 16	Проблематика совершенствования процедур перспективного, этапного и текущего планирования спортивной подготовки. Принцип перманентной взаимосвязи планирования и контроля в подготовке спортсмена, условия его реализации. Методология и методика комплексного контроля процесса подготовки и состояния спортсмена. Проблематика повышения уровня информативности используемых в нем контрольных показателей, совершенствования средств и способов контроля. Перспективы компьютеризации процедур программирования и контроля в подготовке спортсмена.	24	Опрос, составление плана тренировочного занятия
Тема 17	Тенденции совершенствования техники и технологии управления деятельностью спортсмена в процессе подготовки. Методическая проблематика целесообразного использования в ней тренажерных, программирующих, информационных, коррекционных, других аппаратных устройств и специализированного оборудования, позволяющих реализовать идею «управляющей среды». Направления дальнейшей разработки методологии, критериев и методов диагностики спортивной предрасположенности индивида, совершенствования спортивной ориентации и отбора.	24	Опрос, составление плана периодизации тренировочного процесса
		316	

5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины, выполняемые обучающимися самостоятельно.

Для выполнения всех видов письменных работ по данной дисциплине на занятиях и дома обучающимся рекомендуется иметь общие тетради в клетку. Дополнительно ведутся тетради-словари для записи слов терминов. Все письменные домашние задания выполняются по предложенной в программе литературе, указанной в перечне основной и дополнительной литературы.

Требования к презентации

Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой интерактивное изложение в визуальном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы, где автор раскрывает суть рассматриваемого вопроса или проблемы, приводит различные схемы или системы, а также собственные взгляды на вопросы изучаемой темы.

Среднее количество слайдов – от 10 до 20

При оценке представленной презентации учитывается: соответствие содержания заявленной теме; полнота раскрытия темы; ссылка на авторов занимающихся данной проблемой и литературные источники; умение отвечать на вопросы по представленной теме..

Основным наполнением большинства презентаций по традиции являются слайды с текстом. При подготовке презентации необходимо продемонстрировать умение оформлять слайды различными способами и использовать эффекты анимации. Количество слайдов, посвященных описанию работы и полученных результатов, может меняться и окончательно определяется автором в зависимости от имеющихся материалов. В целом необходимо избегать обилия слайдов, мелкого шрифта, объемных и неподходящих диаграмм.

- На первом слайде представляется тема работы, фамилия, инициалы автора.
- На втором слайде дается обоснование актуальности изучаемой темы.
- Третий слайд указывает цель и задачи работы.
- На 4-10 слайдах приводится содержание работы. Могут размещаться схемы, таблицы, графики, фотографии, поясняющие суть выполненной работы, снабженные необходимой для понимания краткой текстовой информацией.
- На последнем слайде приводятся выводы по выполненной работе.

К слайдовой презентации может быть добавлен фотоматериал, позволяющий более полно раскрыть содержание выполненного задания.

Требования к составлению реферата

Реферат (нем. Referat, от лат. Refere - докладывать, сообщать) доклад по определённой теме, в котором собрана информация из одного или нескольких источников. Реферат включает в себя несколько мнений, почерпнутых из разных литературных источников, с последующим собственным выводом учащегося.

К написанию реферата предъявляются определенные требования, которые автор должен в обязательном порядке соблюдать. Каждый реферат имеет четко определенную структуру:

- титульный лист, который оформляется в соответствии с требованиями учебного заведения;
- содержание, где прописываются все главы и номера страниц, на которых они расположены;
- введение – это часть работы, где автор указывает цели, задачи, актуальность выбранной темы;
- основная часть, в которой излагается материал по теме;
- в заключительной части работы прописываются выводы, сравнения, высказывается точка зрения на рассматриваемую проблему;
- список литературы и источников, которые были изучены при написании реферата;
- приложения, если таковые имеются.

Средний объем реферата – от 500 до 2500 печатных знаков.

Требования к написанию контрольной работы

Средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу.

Контрольная работа должна быть четко структурирована и отражать конкретные ответы на поставленные преподавателем вопросы заданной темы. В ходе написания нельзя использовать сокращения (допускаются сокращения в виде терминов).

Контрольная работа выполняется по одной из предложенных тем в соответствии со структурой учебной дисциплины. Оформление работы должно соответствовать требованиям, утвержденным кафедрой.

Критерии оценки контрольной работы

При оценке контрольной работы учитывается: соответствие содержания работы заявленной теме; полнота раскрытия темы; соответствие оформления требованиям.

Требования к докладу, сообщению

Доклад или сообщение это продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной темы изучаемой в процессе освоения данной дисциплины.

Во время подготовки доклада магистрант должен обратить внимание на актуальность темы, на основополагающие моменты рассматриваемой темы, определить последовательность предлагаемого материала, обратить внимание на результаты решения восстановленной проблемы.

Средний объем доклада – от 2 до 5 печатных листов.

При оценке доклада учитывается: соответствие содержания доклада заявленной теме; полнота раскрытия темы; перечень использованной литературы; умение отвечать на вопросы по тексту доклада.

Требования к выполнению семинарских и практических заданий

Средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу.

Практическая работа должна быть четко структурирована и отражать конкретные ответы на поставленные преподавателем вопросы заданной темы. В ходе написания нельзя использовать сокращения (допускаются сокращения в виде терминов).

Практическое задание выполняется по одной из предложенных тем в соответствии со структурой учебной дисциплины. Оформление работы должно соответствовать требованиям, утвержденным кафедрой.

Критерии оценки контрольной работы

При оценке контрольной работы учитывается: соответствие содержания работы заявленной теме; полнота раскрытия темы; соответствие оформления требованиям.

Проектное задание:

- моделирование тренировочного процесса по этапам в избранном виде спорта.

ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ КУРСОВОЙ РАБОТЫ

Курсовая работа по дисциплине выполняется индивидуально. Тема курсовой работы определяется студентом исходя из актуальных проблем физического воспитания в общеобразовательных школах, детско-юношеских спортивных школах.

Курсовая работа выполняется в соответствии с методическими рекомендациями по курсовому проектированию.

Структура курсовой работы: 10 - титульный лист; - содержание; - введение; - основная часть (разделы, подразделы, пункты); - заключение; - список литературы; Во введении обосновывается актуальность выбранной темы, формулируется проблема, которую студент должен решить в данной работе, определяются цели и взаимосвязанный комплекс задач исследования, предмет и объект исследования.

В основной части решаются поставленные задачи, описывается ход и результаты научно-аналитической работы. Основную часть следует делить на параграфы. Содержание параграфов основной части должно точно соответствовать теме работы и полностью ее раскрывать. Рекомендованное количество параграфов -3-4. В заключении последовательно излагаются теоретические результаты и суждения, к которым пришел студент в результате исследования. Они должны быть краткими, четкими, дающими полное представление о содержании, значимости, обоснованности и эффективности работы. Пишутся они тезисно, по пунктам. Результаты (выводы) исследования должны соответствовать поставленным цели и задачам. После заключения приводится список использованной литературы в алфавитном порядке. Каждый включенный источник должен иметь отражение в тексте выпускной квалификационной работы. Нельзя включать в библиографический список те работы, на

которые нет ссылок в тексте диссертации и которые фактически не были использованы. Список литературы должен включать не менее 20 литературных источников, в том числе статьи из педагогических журналов сроком давности не более 3 лет, включая издания за последний год. Допускается привлечение материалов и данных, полученных с официальных сайтов Интернета. В этом случае необходимо указать точную ссылку на источник материалов (сайт, дату получения). Работа выполняется в любом текстовом редакторе. Следует придерживаться следующих правил оформления: формат страницы - А4, кегль - 14, межстрочный интервал - 1,5. Выравнивание по ширине, отступ слева - 1,25. Текст следует размещать на одной стороне листа бумаги с соблюдением следующих размеров полей: левое - 30 мм, правое - 15 мм, верхнее - 20 мм, нижнее - 20 мм, набран шрифтом Times New Roman. Цвет шрифта должен быть черным, высота букв, цифр и других знаков – не менее 1,8 мм. Кавычки («»), скобки ([], ()), маркеры и другие знаки должны быть сохранены аналогичными на протяжении всего предоставляемого материала. Страницы текста нумеруют арабскими цифрами сверху справа. Нумерация страниц обязательна, ее следует начинать со стр. 3. По всему тексту соблюдается сквозная нумерация. Номер титульного листа и листа содержание не проставляется, но включается в общую нумерацию выпускной квалификационной работы.

Все структурные элементы работы: введение, главы основной части, заключение, список используемой литературы, приложения должны начинаться с новой страницы.

ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ

Игровой и соревновательный методы в спорте.

1. Цели и задачи спортивной тренировки.
2. Соревнования как неотъемлемая часть спорта.
3. Спорт как социальное явление.
4. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов
5. Средства спортивной тренировки
6. Социальные функции спорта.
7. Организация и проведение соревнований.
8. Методы спортивной тренировки
9. Классификация видов спорта.
10. Принципы спортивной тренировки.
11. Система подготовки спортсмена.
12. Проблемы периодизации тренировки.
13. Классификация соревнований.
14. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
15. Спортивно-тактическая подготовка.
16. Основные стороны спортивной подготовки спортсмена.
17. Спортивно-техническая подготовка.
18. Физическая подготовка.
19. Психическая подготовка.
20. Теоретическая подготовка.
21. Методы обучения двигательным действиям.
22. Обучение движениям (методика поэтапного формирования двигательных действий)
23. Средства и методы формирования силовых способностей
24. Средства и методы формирования скоростных способностей
25. Общая выносливость и методика ее воспитания в спорте.
26. Специальная выносливость и методика ее воспитания (на примере своей специализации)
27. Средства и методы воспитания гибкости
28. Средства и методы воспитания координационных способностей
29. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом в школьном возрасте
30. Применение метода круговой тренировки в спорте.

27. Цикл в спортивной подготовке.
28. Виды циклов.
29. Характеристика и назначение микроциклов.
30. Характеристика и назначение мезоциклов.
31. Характеристика и назначение макроциклов.
32. Назначение Олимпийского цикла подготовки.
33. Особенности годовичного цикла подготовки.
34. Структура тренировочного занятия.
35. Формы организации занятия.
36. Методы организации занятий.
37. Типы микроциклов.
38. Типы мезоциклов.
39. Типы макроциклов.
40. Факторы, определяющие этапы многолетней подготовки

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В ходе освоения дисциплины применяются следующие технологии, развивающие у студентов навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерские качества: дискуссии, педагогика сотрудничества, ситуационные методы. Эти технологии в сочетании с внеаудиторной работой решают задачи формирования и развития профессиональных умений и навыков обучающихся, как основы профессиональной компетентности в сфере физкультурного образования.

При обучении лиц с ограниченными возможностями и инвалидами используются подходы, способствующие созданию безбарьерной образовательной среды: технологии дифференциации и индивидуализации обучения, сопровождение тьютерами в образовательном пространстве, увеличение времени на самостоятельное освоение материала.

6.1. Образовательные технологии

Таблица 5 – Образовательные технологии, используемые при реализации учебных занятий

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Форма учебного занятия		
	Лекция	Практическое занятие, семинар	Лабораторная работа
МОДУЛЬ 1 Общая характеристика теории спорта.			
Тема 1. Основные понятия в спортивной тренировке.	<i>Лекции</i> В формате ДОТ с использованием виртуальной обучающей среды (LMS Moodle «Цифровое обучение»)	<i>Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 2.. Функции спорта. Классификация видов спорта.		<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 3. Виды соревнований. Способы проведения соревнований. Определение спортивного результата.		<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии, выполнение практических заданий</i>	<i>Не предусмотрено</i>

Тема 4. Роль коллектива, морального и психологического климата в нем.	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 5. Моделирование, планирование и прогнозирование в спорте.	<i>Лекция-презентация</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 6. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке.	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии, выполнение практических заданий</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 6. Виды контроля и основы управления в спортивной тренировке.	<i>Лекция-презентация</i>	<i>Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
МОДУЛЬ 2			
Подготовка спортсменов.			
Тема 7. Цель, средства и принципы спортивной тренировки.	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 8. Общая физическая подготовка в спорте	<i>Лекция-презентация</i>	<i>Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 9. Специальная физическая подготовка в спорте	<i>Лекция-презентация</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии, выполнение практических заданий</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 10. Функциональная подготовка.	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 11. Техническая подготовка.	<i>Лекция-презентация</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 12. Тактическая подготовка в спорте.	<i>Лекция-презентация</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии, выполнение практических заданий</i>	<i>Не предусмотрено</i>

Тема 11. Техническая подготовка.	Обзорная лекция	Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,	Не предусмотрено
Тема 12. Тактическая подготовка в спорте.	Лекция-презентация	Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,	Не предусмотрено
МОДУЛЬ 4 Периодизация спортивной тренировки.			
Тема 13 Структура тренировочного процесса.	Обзорная лекция	Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,	Не предусмотрено
Тема 14 Понятие о микро-, мезо- и макроциклах.	Лекция-презентация	Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,	Не предусмотрено
Тема 15 Структура тренировочного занятия.	Лекция-презентация	Фронтальный опрос, Тематические дискуссии, выполнение практических заданий	Не предусмотрено
Тема 16 Проблемы периодизации спортивной тренировки.	Обзорная лекция	Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,	Не предусмотрено
Тема 17 Структура многолетней подготовки.	Лекция-презентация	Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,	Не предусмотрено

6.2. Информационные технологии

- использование электронных учебников электронных библиотечных систем, доступ к которым предоставляется университетом;
- использование как источников информации сайтов, находящихся в Интернете в открытом доступе (электронные библиотеки, журналы, книги, психологические тесты);
- использование возможностей корпоративной электронной почты (рассылка заданий, материалов, ответы на вопросы);
- использование виртуальной обучающей среды (LMS Moodle «Цифровое обучение»);
- использование средств представления учебной информации для проведения лекций и семинаров с использованием презентаций.

6.3. Программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

6.3.1. Программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Moodle	Образовательный портал ФГБОУ ВО «АГУ»
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Google Chrome	Браузер
Notepad++	Текстовый редактор
OpenOffice	Пакет офисных программ
Opera	Браузер
R	Программная среда вычислений
VLC Player	Медиапроигрыватель
WinDjView	Программа для просмотра файлов в формате DJV и DjVu
IBM SPSS Statistics 21	Программа для статистической обработки данных

6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARKSQL НПО «Информ-систем». <https://library.asu.edu.ru>
2. Электронный каталог «Научные журналы АГУ»: <http://journal.asu.edu.ru/>
3. Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО "ИБИС". <http://dlib.eastview.com>
Имя пользователя: AstrGU Пароль: AstrGU
4. Справочная правовая система КонсультантПлюс. <http://www.consultant.ru>
5. Электронно-библиотечная система eLibrary. <http://elibrary.ru>

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

7.1. Паспорт фонда оценочных средств.

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине проверяется сформированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением дисциплин и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

Таблица 6. Соответствие изучаемых разделов, результатов обучения и оценочных средств

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины (модуля)	Код контролируемой компетенции (компетенций)	Наименование оценочного средства
-------	--	--	----------------------------------

МОДУЛЬ 1 Общая характеристика теории спорта.			
1	Тема 1.	ОПК 8 ПК 3	опрос по теме
2	Тема 2..	ОПК 8 ПК 3	практическое задание составление схемы «Функции спорта»
3	Тема 3.	ОПК 8 ПК 3	презентация
4	Тема 4.	ОПК 8 ПК 3	практическое задание
5	Тема 5.	ОПК 8 ПК 3	устный опрос
6	Тема 6.	ОПК 8 ПК 3	презентация. опрос
МОДУЛЬ 2 Подготовка спортсменов.			
7	Тема 7.	ОПК 8 ПК 3	Составить таблицу применения средств физического воспитания в избранных видах спорта.
8	Тема 8.	ОПК 8 ПК 3	опрос по теме
9	Тема 9.	ОПК 8 ПК 3	реферат
10	Тема 10	ОПК 8 ПК 3	Устный опрос
11	Тема 11.	ОПК 8 ПК 3	Устный опрос
12	Тема 12.	ОПК 8 ПК 3	Устный опрос
МОДУЛЬ 3 Периодизация спортивной тренировки.			
17	Тема 13	ОПК 8 ПК 3	доклад по теме Устный опрос
18	Тема 14	ОПК 8 ПК 3	Устный опрос
19	Тема 15	ОПК 8 ПК 3	доклад по теме Устный опрос
20	Тема 16	ОПК 8 ПК 3	Опрос, составление плана тренировочного занятия
21	Тема 17	ОПК 8 ПК 3	Опрос, составление плана периодизации тренировочного процесса

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Таблица 7. Критерии оценивания результатов обучения

5 «отлично»	-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять;
----------------	---

	- последовательное, правильное выполнение всех заданий; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
4 «хорошо»	-дается комплексная оценка предложенной ситуации; -демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять; - последовательное, правильное выполнение всех заданий; -возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя; -умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.
3 «удовлетворительно»	-затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; -неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя; -выполнение заданий при подсказке преподавателя; - затруднения в формулировке выводов.
2 «неудовлетворительно»	- неправильная оценка предложенной ситуации; -отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий.

Таблица 8. Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы
4 «хорошо»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание по подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	не способен правильно выполнить задания

7.3. Контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)

Пример тестовых заданий.

Пример тестовых заданий

1. Спорт (в широком понимании) — это:
 - 1) вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека и развитие его физических способностей;
 - 2) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;
 - 3) специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;

4) педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

2. Укажите конечную цель спорта:

- 1) физическое совершенствование человека, реализуемое в условиях соревновательной деятельности;
- 2) совершенствование двигательных умений и навыков занимающихся;
- 3) выявление, сравнение и сопоставление человеческих возможностей;
- 4) развитие физических (двигательных) способностей в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

3. Вид спорта — это:

- 1) конкретное предметное соревновательное упражнение;
- 2) специализированная соревновательная деятельность, в которой два или больше соперников стремятся победить друг друга при условии судейского контроля;
- 3) специальная спортивная дисциплина, призванная глубоко проникать в суть явлений физического воспитания, всесторонне раскрывать его закономерности;
- 4) исторически сложившийся в ходе развития спорта вид соревновательной деятельности, сформировавшийся как самостоятельная ее составляющая.

4. В теории спорта классификация видов спорта на шесть групп составлена на основе:

- 1) структурной сложности двигательных действий;
- 2) требований конкретного вида спорта к проявлению физических (двигательных) способностей;
- 3) особенностей предмета состязаний и характера двигательной активности;
- 4) принадлежности конкретного вида спорта к той или иной зоне мощности, в рамках которой преимущественно выполняется соревновательное действие.

5. Число видов и разновидностей спорта весьма велико и продолжает увеличиваться. По характеру соревновательной деятельности их можно сгруппировать в пять типологических групп. Отметьте ту группу, которая не отображает особенности соревновательной деятельности...?

- 1) виды спорта с высокоактивной двигательной деятельностью, достижения в которых зависят от физических качеств и психофизиологической активности спортсмена
- 2) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых составляют действия спортсмена в поражении специальных мишеней из специального стрелкового оружия
- 3) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых составляют действия спортсмена по управлению техническими средствами перемещения
- 4) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с оценкой результатов модельно-конструкторской деятельности человека
- 5) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с оценкой результатов абстрактно-логического обыгрывания соперника
- 6) виды спорта, предмет соревновательной деятельности в которых связан с материальным вознаграждением

6. Спортивная тренировка — это:

- 1) повторное выполнение спортивного упражнения с целью достижения наиболее высокого результата;
- 2) планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей;
- 3) собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также

специфические отношения, нормы и достижения в сфере этой деятельности;

4) упорядоченная организация деятельности по обеспечению совершенствования человека в сфере спорта.

7. Деятельность, специфической формой которой является система состязаний, исторически сложившаяся преимущественно в области физической культуры общества как специальная сфера выявления и унифицированного сравнения человеческих возможностей, называется?

- 1) научно-методической деятельностью
- 2) проектно-конструктивной деятельностью
- 3) соревновательной деятельностью
- 4) тренировочной деятельностью
- 5) технологической и модельной деятельностью
- 6) ни один из ответов не дает правильного представления

8. В своем современном виде собственно соревновательная деятельность имеет ряд специфических особенностей. Ниже приведен ряд ответов, отображающих некоторые из них. Какой из ответов не характеризует черты соревновательной деятельности....?

- 1) организация деятельности на основе системы соревнований с последовательным возрастанием конкуренции и требований к достижениям
- 2) унификация состава действий, посредством которых ведется состязание, условий их выполнения и способов оценки достижений, что закрепляется официальными правилами в качестве общих норм состязаний
- 3) регламентация поведения соревнующихся в соответствии с принципами неантагонистической конкуренции, которые имеют гуманную основу
- 4) допускается в состязательной деятельности физическое давление одного из соперников с полным телесным контактом и нанесением удушающих приемов, как это принято в боях без правил, вплоть до полного уничтожения

9. Современная типология соревнований включает многие их виды и разновидности. Принято считать, что официальный характер соревнования приобретает в том случае, если оно характеризуется всеми признаками собственно соревновательной деятельности. Отметьте те положения, которые неважны для такой интерпретации статуса соревнований....?

- 1) включено в официальный спортивный календарь
- 2) организуется согласно официальному положению о соревнованиях
- 3) проводится в соответствии с правилами соревнований
- 4) обеспечивается квалифицированным спортивным арбитражем
- 5) обязательное наличие спортивной атрибутики, зрителей, болельщиков, телевидения, массовых средств коммуникации

10. Следует различать «спортивный результат» и «спортивное достижение». В чем состоит различие в этих понятиях...?

- 1) спортивный результат показывается в соревнованиях, спортивное достижение присваивается
- 2) спортивный результат следует рассматривать как первостепенную цель спортивной деятельности, спортивное достижение является вторичной целью спортивной деятельности
- 3) спортивный результат представляет собой показатель реализации спортивных возможностей спортсмена, спортивное достижение не зависит от индивидуальной одаренности спортсмена
- 4) в спортивном достижении всегда можно выделить наличный спортивный результат,

однако не всякому спортивному результату может соответствовать спортивное достижение, а лишь превосходящему предыдущий результат

5) спортивный результат зависит от материально-технических условий соревновательной

деятельности, климатических факторов и естественно-средовых факторов, а спортивное

достижение не зависит от перечисленных факторов

11. Укажите основную специфическую функцию спорта?

1) соревновательная функция, когда соревнование направлено на определение иерархии мест соперников, в частности, определение победителя

2) эталонная функция спорта связана с оценкой резервных возможностей человеческого организма, реализованных в рекордах, спортивных достижениях, спортивных результатах

3) эвристическая функция спорта проявляется в творческой, поисковой деятельности, приводящей к фиксации новых знаний о спортивных рекордах, спортивных достижениях

4) спорт как средство разностороннего развития, воспитания, подготовки к жизненной практике

5) оздоровительно-рекреативная функция проявляется в том, что спорт является одной из популярнейших форм организации здорового досуга, активного отдыха и развлечения

6) эстетическая функция утверждает спорт как зрелище, когда возрастает воздействия на эмоциональный мир человека.

12. Основными *специфическими средствами* спортивной тренировки в видах спорта, характеризующихся активной двигательной деятельностью, являются:

1) восстановительные средства (парная баня, массаж, гидропроцедуры);

2) продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси;

3) физические упражнения;

4) мобилизующие, коррегирующие (поправляющие), релаксирующие средства.

13. В спортивной тренировке под термином *метод* следует понимать:

1) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса;

2) способ применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;

3) исходные закономерности, которые определяют организацию учебно-тренировочного процесса;

4) конкретные указания тренеру о том, как нужно поступить в типичной педагогической ситуации.

14. Укажите пункты Положения о соревнованиях. Какой из ниже перечисленных пунктов не является обязательным в структуре Положения...?

1) цели и задачи соревнований

2) сроки и место проведения соревнований

3) руководство проведением соревнований

4) требования к участвующим организациям, участникам соревнований и условия проведения

5) условия подведения итогов

6) условия финансирования

7) все пункты обязательны в структуре Положения о соревнованиях

15. Ниже приводится классификация соревнований по ведомственной принадлежности спортсменов. Какой из ниже перечисленных пунктов не соответствует правильному пониманию представляемой классификации...?

- 1) профсоюзные
- 2) армейские
- 3) коллективов физической культуры
- 4) соревнования с параллельным зачетом

16. Ниже приводится классификация соревнований по особенностям системы зачета в соревновательной деятельности. Какой из ниже перечисленных пунктов не соответствует правильному пониманию представляемой классификации...?

- 1) личные
- 2) командные
- 3) лично-командные
- 4) отборочные

17. Принципы спортивной тренировки представляют собой:

1) наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в которых синтезированы научные данные и передовой практический опыт тренерской работы;

2) способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности спортсмена и тренера;

3) внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;

4) путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.

18. Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется:

- 1) физическим совершенством;
- 2) спортивной тренировкой;
- 3) физической подготовкой;
- 4) нагрузкой.

19. Средствами технической подготовки спортсмена являются:

- 1) общеподготовительные упражнения;
- 2) специально подготовительные упражнения;
- 3) соревновательные упражнения;
- 4) общеподготовительные, специально подготовительные и соревновательные упражнения.

20. Годичный цикл спортивной тренировки делится на следующие периоды:

- 1) втягивающий, базовый, восстановительный;
- 2) подготовительный, соревновательный, переходный;
- 3) тренировочный и соревновательный;
- 4) осенний, зимний, весенний, летний.

21. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:

- 1) максимальный фонд двигательных умений и навыков;
- 2) наивысший уровень развития физических качеств;
- 3) здоровье спортсмена;
- 4) наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта.

22. Возрастной период, наиболее чувствительный для воздействий, характеризующийся оптимальными возможностями для ускоренного развития какой-либо стороны психики или психомоторики (памяти, мышления, двигательных навыков, физических качеств и др.), а также обучения и воспитания, называется:

- 1) дошкольным;
- 2) школьным;
- 3) сенситивным;
- 4) базовым.

23. Укажите, как называются тренировочные циклы (в зависимости от масштаба времени), на основе которых строится процесс спортивной подготовки:

- 1) тренировочные, соревновательные, восстановительные;
- 2) микроциклы, мезоциклы, макроциклы;
- 3) оперативные, текущие, этапные циклы;
- 4) подготовительные, основные, соревновательные.

Примерные практические задания «Методика воспитания физических качеств»

Проблемная ситуация № 1 (методика воспитания силовых способностей).

Одной из важнейших методических проблем при воспитании силовых способностей является проблема выбора величины внешнего сопротивления (отягощения). Задачей тренировок являлось воспитание у занимающихся абсолютной силы. Для решения данной задачи тренер применял следующую методику: 1) основное средство — упражнения строго регламентированного характера; 2) неопредельный вес отягощения, средний темп выполнения упражнений, максимальное количество повторений упражнения в одном подходе. Спустя некоторое время после проведения повторного тестирования он обнаружил, что прирост абсолютной силы незначителен, а показатели силовой выносливости ощутимо возросли.

Задание

1. Определите методическую ошибку тренера.
2. Устраните ошибки, обнаруженные вами в данной методике. Дайте обоснование правильности своего ответа.

Проблемная ситуация № 2 (методика воспитания силовых способностей).

Одним из основных методических направлений в методике воспитания силовых способностей является преодоление неопредельных отягощений (сопротивлений) с предельным числом повторений. В процессе организации учебно-тренировочных занятий со своими учениками для решения задач воспитания собственно-силовых способностей (абсолютной силы) тренерами «А» и «Б» были применены разные методики. Тренер «А» использовал в основе своей методики применение неопредельных отягощений с предельным числом повторений. Тренер «Б» использовал в занятиях предельный и околопредельный вес отягощений, а количество повторений в одном подходе составляло 1-3 раза. Спустя некоторое время было проведено тестирование занимающихся по данным методикам у своих тренеров. Показатели прироста собственно-силовых способностей, занимающихся у тренера «Б» превысили показатели занимающихся у тренера «А».

Задание. Определите и обоснуйте:

- 1) чем обусловлена разница достигнутых показателей у занимающихся;
- 2) в чем причина и как можно объяснить, что использование методики работы с околопредельными и предельными отягощениями дает лучший эффект формирования техники двигательных действий, нежели использование неопредельных отягощений с предельным числом повторений?

Проблемная ситуация № 3 (методика воспитания быстроты).

Тренером при решении задачи воспитания быстроты реакции у легкоатлетов на стартовый выстрел были обнаружены стабилизация и остановка показателей быстроты реакции. Возникло противоречие между необходимостью нарушения стабилизации, улучшением быстроты реакции и незнанием тренера, как это сделать.

Задание:

- 1) найдите пути улучшения показателей быстроты реакции на стартовый выстрел;
- 2) определите, каким еще способом, отличным от выполнения стартового ускорения, можно еще воспользоваться тренеру для улучшения показателей быстроты простой двигательной реакции. Дайте обоснование правильности вашего ответа.

Проблемная ситуация № 4 (методика воспитания быстроты). В методике воспитания быстроты, разрабатываемой различными тренерами, встречаются различные противоречия. Одно из них следующее: с одной стороны, чтобы повысить скорость выполнения какого-либо движения, его нужно многократно повторять; с другой - многократные повторения приводят к образованию двигательного динамического стереотипа и вследствие этого к стабилизации параметров движений. Причем стабилизируются не только пространственные характеристики, но и временные - скорость и частота. Образуется так называемый скоростной барьер. Стабилизация скорости - главная причина, мешающая значительному повышению скоростных возможностей.

Задание.

Определите проблему и укажите возможные пути ее решения.

Проблемная ситуация № 5 (методика воспитания быстроты).

Тренер, зная, что повышение скорости движений зависит от повышения уровня максимальной мышечной силы (собственно-силовых способностей), применил методику акцентированного развития собственно-силовых способностей. Через некоторое время он заметил, что прирост скоростных способностей у занимающихся не наблюдается. Мало того, наблюдалось даже некоторое снижение у них скоростных показателей.

Задание. Определите, в чем причина данного явления, как провести корректировку методики тренировочных занятий тренера, направленную на улучшение скоростных показателей его учеников.

Проблемная ситуация № 6 (методика воспитания быстроты).

Тренер, решая задачи технической подготовки в процессе воспитания быстроты, применил методику, в которой предъявлялись задания с выполнением изучаемых движений с максимальной скоростью. Через некоторое время им были замечены значительные ошибки в технике двигательных действий, а также наблюдалось явление скоростного барьера.

Задание. Определите проблему и укажите пути ее решения.

Проблемная ситуация № 7. Изучите текст.

«В числе методов воспитания быстроты широко применяются методы повторного, повторно-прогрессирующего, переменного (с варьирующими ускорениями) упражнения. Основная тенденция - стремление превзойти в занятии свою максимальную скорость. Этому подчиняются все характеристики методов (длина дистанции, интенсивность выполнения, интервалы отдыха, число повторений и пр.). Длина дистанции (или продолжительность выполнения) выбирается такой, чтобы скорость передвижения (интенсивность работы) не снижалась к концу попытки. Движения выполняются с максимальной скоростью, занимающийся в каждой попытке стремится показать, как правило, наилучший для себя результат. Интервалы отдыха между попытками делают настолько большими, чтобы обеспечить относительно полное восстановление. Скорость движения не должна заметно снижаться от повторения к повторению. Известно, что возбудимость ЦНС непосредственно после выполнения скоростного упражнения оказывается повышенной, а затем постепенно снижается. Если ориентироваться лишь на этот показатель, то было бы целесообразно ис-

пользовать относительно небольшие интервалы отдыха, чтобы возбудимость центральных нервных образований не успевала существенно снизиться. Тогда каждое последующее повторение приходилось бы на фазу повышенной возбудимости ЦНС, что способствует достижению наивысшей скорости. Однако выполнение скоростных упражнений связано с образованием более или менее значительного кислородного долга: на его ликвидацию нужно время, исчисляемое иногда не одним десятком минут. Еще дольше может затягиваться восстановление других физиологических показателей (содержание CO_2 в крови, легочная вентиляция и пр.). Поэтому попытки выполнять упражнения с небольшими интервалами отдыха между повторениями очень быстро ведут к снижению скорости.

Задание.

Попробуйте объяснить следующий факт, что многими тренерами в процессе воспитания быстроты движений используется методика, в которой интервалы отдыха в зависимости от предстоящей работы незначительны - от 2-3 до 4-12 мин.

Проблемная ситуация № 8. В процессе беседы двух тренеров возник спор. Тренер «А» утверждал, что метод круговой тренировки можно применять лишь в случаях воспитания физических качеств. Точка зрения тренера «Б» заключалась в том, что круговую тренировку можно применять и в случаях совершенствования двигательных действий при параллельном воспитании физических качеств.

Задание. Определите, кто из них прав.

Задания (все вопросы делятся на 3 варианта)

1 к/р

- 1 Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов
- 2 Информационное обеспечение управления спортивной подготовкой.
- 3 Прогнозирование и моделирование в управлении, прогнозировании и моделировании в управлении, использование модельных характеристик соревновательной деятельности.
- 4 Виды модельных характеристик: общие для всех видов спорта (генеральные) модельные характеристики, общие для группы видов спорта (обобщенные).
- 5 Модельные характеристики, специфичные для отдельного вида спорта.
- 6 Оценка эффективности соревновательной деятельности, критерии оценки, эффективности с учетом специфики вида спорта.
- 7 Модельные характеристики тренировочной деятельности Их содержание по технической, тактической, физической, психологической, интегральной подготовке.
- 8 Какова взаимосвязь техники, тактики, физических способностей в процессе соревновательной и тренировочной деятельности?
- 9 Спортивная техника, каковы ее характеристика и критерии эффективности?

2 к/р

- 1 Основы профессиональной деятельности специалиста.
- 2 Навыки практической реализации основных теоретических положений через специфику отдельных видов спорта.
- 3 Предметная основа видов спорта.
- 4 Основные положения теории и методики физического воспитания и спорта как средство формирования профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре.
- 5 Технологии труда преподавателя физической культуры и тренера по видам спорта.
- 6 Методические и практические вопросы формирования профессиональных умений педагога по физической культуре

- 7 Специфика видов спорта и продолжительность подготовки спортсменов на уровне спортивных резервов и в спорте высших достижений.
- 8 Особенности соревновательной и тренировочной деятельности.
- 9 Прогнозирование и моделирование в процессе построения многолетней подготовки спортсменов.

3 к/р

- 1 Комплексный контроль как функция управления в ФК и С. Содержание комплексного контроля. Контроль как функция управления. Педагогические, психологические, медико-биологические средства и методы контроля.
- 2 Роль и значение специальной информации в работе тренера, и спортсмена. Информационные документы тренера и спортсмена. Обобщение и анализ информационных документов тренера и спортсмена.
- 3 Коллективное и индивидуальное управление подготовкой спортсменов. Реализация документов программирования подготовки спортсменов.
- 4 Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность. Педагогическое новаторство в сфере физической культуры и спорта.
- 5 Проблема соотношения обучения, воспитания и развития в условиях физкультурно-спортивной деятельности.
- 6 Реализация идей олимпийского образования в общей системе неспециального физкультурного образования.
- 7 Педагогические технологии и инновации в области физической культуры и спорта. Использование различных методических приемов в спортивной дидактике с учетом специфики вида спорта.
- 8 Тенденции развития видов спорт.
- 9 Что такое физические способности, кондиционная и координационная подготовка?

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ

семестр 9

1. Определение исходных понятий: «спорт», «подготовка спортсмена», «подготовленность», «система спортивной подготовки», «спортивная тренировка», «тренированность», «спортивная форма».
1. Сущность и функции спорта.
2. Структура современного спортивного движения (направления, разделы, формы спорта).
3. Понятия «спортивный результат», «спортивное достижение», «спортивный рекорд»; их отличительные признаки и взаимосвязь.
4. Факторы, обуславливающие уровень спортивных достижений. Тенденции развития спортивных достижений.
5. Структура спортивных достижений.
6. Соревновательная деятельность спортсмена как функциональное и структурное ядро спортивных соревнований Система спортивных соревнований.
7. Цель, задачи и характерные черты подготовки спортсмена.
8. Средства спортивной подготовки, их общая характеристика.
9. Основные принципы, реализуемые в спортивной тренировке, их значение в деятельности тренера.
10. Принцип направленности к высшим достижениям, углубленной специализации и индивидуализации, его реализация в спортивной тренировке.
11. Принцип непрерывности тренировочного процесса, его реализация в спортивной

тренировке.

12. Принцип единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам, его реализация в спортивной тренировке.

13. Принцип волнообразности и вариативности нагрузок, его реализация в спортивной тренировке.

14. Принцип цикличности тренировочного процесса, его реализация в спортивной тренировке.

15. Принцип единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности, его реализация в спортивной тренировке.

16. Основные группы методов, используемых в подготовке спортсменов и их назначение. Критерии выбора методов спортивной тренировки.

17. Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов физических упражнений, их виды.

18. Методы, используемые в процессе физической подготовки спортсмена: строго регламентированного упражнения и частично регламентированного упражнения.

19. Методы, используемые в тактической подготовке спортсмена: словесные, наглядные, практические.

20. Методы, используемые в психологической подготовке спортсмена.

21. Методы, применяемые в технической подготовке спортсмена: неспецифические и специфические.

22. Методы интеллектуальной (теоретической) подготовки спортсменов.

23. Методы, применяемые в процессе интегральной подготовки.

24. Понятия «стратегия» и «спортивная тактика». Особенности и виды спортивной тактики: тактическое мастерство и критерии его оценки.

Семестр 9

1. Цели и задачи спортивной тренировки.

2. Соревнования как неотъемлемая часть спорта.

3. Спорт как социальное явление.

4. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов

5. Средства спортивной тренировки

6. Социальные функции спорта.

i. Организация и проведение соревнований.

7. Методы спортивной тренировки

8. Классификация видов спорта.

9. Принципы спортивной тренировки.

10. Система подготовки спортсмена.

11. Проблемы периодизации тренировки.

12. Классификация соревнований.

13. Тренировочные и соревновательные нагрузки.

14. Спортивно-тактическая подготовка.

15. Основные стороны спортивной подготовки спортсмена.

16. Спортивно-техническая подготовка.

17. Физическая подготовка.

18. Психическая подготовка.

19. Теоретическая подготовка.

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

Семестр 7

1. Задачи, средства и методика тактической подготовки спортсмена.

2. Понятие «психологическая подготовка». Структура психологической подготовленности. Показатели уровня психологической подготовленности.
3. Задачи, средства и методы формирования мотивации занятий спортом.
4. Задачи, средства и методы воспитания волевых качеств.
5. Задачи, средства и методические приемы идеомоторной тренировки.
6. Психологическая напряженность в процессе тренировочной и соревновательной деятельности; задачи, средства и методы ее регулирования.
7. Состояния соревновательной готовности спортсмена. Задачи, средства и методы управления стартовыми состояниями.
8. Понятия «спортивная техника», «техническая подготовка», «техническая подготовленность», «техническое мастерство», их взаимосвязь между собой. Структура и уровни технической подготовленности.
9. Стадии и этапы процесса становления и совершенствования технического мастерства. Критерии технического мастерства и способы его оценки.
10. Контроль над уровнем технической подготовленности: составляющие технической подготовленности, виды оценок.
11. Понятия «интеллектуальная подготовка», «интеллектуальная подготовленность». Система интеллектуальных умений и навыков, их роль в подготовке спортсмена на разных этапах многолетней подготовки спортсмена.
12. Основные разделы интеллектуальной подготовки спортсмена. Формы ее проведения, взаимосвязь с другими видами подготовки спортсмена.
13. Понятия «интегральная подготовка», «интегральная подготовленность», их структура. Задачи, средства и методические пути повышения эффективности интегральной подготовки спортсмена.
14. Определение понятия «структура тренировочного процесса», ее виды. Понятие о макроструктуре тренировки..
15. Варианты построения годичной тренировки. Условия, определяющие продолжительность периодов подготовки в пределах отдельного тренировочного года.
16. Подготовительный период: направленность, варианты структуры, основные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок; соотношение видов подготовки.
17. Соревновательный период: направленность, варианты структуры, типичные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок; соотношение видов подготовки.
18. Переходный период: направленность, типичные задачи, средства и методы; особенности динамики нагрузок; соотношение видов подготовки; факторы, регламентирующие продолжительность и основные подходы к содержанию переходного периода.

Семестр 8

1. Спортивная тренировка как многолетний процесс.
2. Понятие о мезоциклах тренировки, их определяющие черты и закономерности построения. Факторы, обуславливающие структуру мезоциклов. Типы мезоциклов.
3. Понятие о микроциклах тренировки, их определяющие черты и закономерности построения.
4. Факторы, определяющие структуру отдельного занятия. Типы занятий. Варианты сочетания занятий в одном тренировочном дне.
5. Понятия «планирование», «план», «программа». Виды и значение планирования в управлении тренировочным процессом.
6. Перспективное планирование, его структура и содержание; факторы, определяющие структуру и продолжительность многолетней подготовки; основные разделы и содержание планов многолетней подготовки.

7. Текущее планирование, его структура и содержание. Планы макроциклов типа годовых и полугодовых; планы мезоциклов; планы микроциклов.
8. Оперативное планирование, его структура и содержание: планы тренировочного дня; планы отдельного занятия.
9. Контроль и учет в спортивной подготовке: цель, предмет и виды. Схема организации комплексного контроля. Виды показателей, используемые в процессе контроля и учета, требования к ним.
10. Понятие «управление» в спортивной тренировке, основные группы операций, объект и цель управления, виды управления, основной принцип, общая схема управления в спортивной тренировке.
11. Понятие о спортивном отборе. Классификация отбора в спорте. Общая схема управления процессом отбора. Критерии, методы и организация отбора.
12. Понятие о спортивной ориентации. Стадии спортивной ориентации. Критерии, методы и организация спортивной ориентации.
13. Взаимосвязь между стадиями и этапами ориентации и отбора в процессе многолетней подготовки.
14. Факторы, обуславливающие уровень спортивных достижений. Тенденции развития спортивных достижений.
15. Структура спортивных достижений.
16. Соревновательная деятельность спортсмена как функциональное и структурное ядро спортивных соревнований Система спортивных соревнований.
17. Цель, задачи и характерные черты подготовки спортсмена.
18. Цель, задачи и характерные черты подготовки спортсмена.
19. Средства спортивной подготовки, их общая характеристика.
20. Основные принципы, реализуемые в спортивной тренировке, их значение в деятельности тренера.

9 семестр

Тематика курсовых работ по дисциплине «Теория и методика спорта»

1. Проявление силовых способностей на примере из разных видов спорта
2. Проявление скоростных способностей на примере из разных видов спорта
3. Проявление скоростно-силовых способностей на примере из разных видов спорта
4. Проявление выносливости на примере из разных видов спорта
5. Проявление гибкости на примере из разных видов спорта
6. Проявление двигательно-координационных способностей из разных видов спорта
7. Средства, применяемые для развития силовых способностей в разных видах спорта
8. Средства, применяемые для развития скоростных способностей в разных видах спорта
9. Средства, применяемые для развития скоростно-силовых способностей в разных видах спорта
10. Средства, применяемые для развития выносливости в разных видах спорта
11. Средства, применяемые для развития гибкости в разных видах спорта
12. Средства, применяемые для развития двигательно-координационных способностей в разных видах спорта
13. Методы управления развитием силовых способностей в разных видах спорта
14. Методы управления развитием скоростных способностей в разных видах спорта
15. Методы управления развитием скоростно-силовых способностей в разных видах спорта
16. Методы управления развитием выносливости в разных видах спорта
17. Методы управления развитием гибкости в разных видах спорта

18. Методы управления двигательнo-коордиnационных способностей в разных видах спорта
19. Формирование двигательных умений и двигательных навыков в избранном виде спорта
20. Этапы обучения двигательным действиям в избранном виде спорта
21. Виды подготовки спортсмена в избранном виде спорта
22. Место избранного вида спорта в системе других. Классификации видов спорта
23. Средства спортивной тренировки для совершенствования двигательных умений и двигательных навыков в избранном виде спорта
24. Средства спортивной тренировки для развития необходимых двигательных способностей в избранном виде спорта
25. Методы спортивной тренировки для совершенствования техники двигательных действий в избранном виде спорта
26. Методы спортивной тренировки для развития необходимых двигательных способностей в избранном виде спорта
27. Реализация принципов спортивной тренировки на примере избранного вида спорта
28. Спортивно-массовая работа и совершенствование качества физ-культурного движения в современном российском обществе.
29. Особенности соревновательного метода в спорте.
30. Информативные показатели нагрузки при выполнении физических упражнений (на примере избранных видов упражнений).
31. Типы интервалов отдыха при воспроизведении физических упражнений в спорте.
32. Методика начального разучивания двигательного действия в избранном виде спорта
33. Методика углубленного разучивания двигательного действия в избранном виде спорта.
34. Методика результирующей отработки двигательного действия в избранном виде спорта
35. Методика оптимизации ориентировочной основы двигательного действия при обучении ему в избранном виде спорта.
36. Методы и приемы предупреждения и устранения ошибок при обучении двигательному действию в избранном виде спорта
37. Основы современных методик воспитания двигательнo-коордиnационных способностей.
38. Пути воспитания способности точно соблюдать и регулировать пространственную точность движений.
39. Методика воспитания способности к рациональному мышечному расслаблению.
40. Методика воспитания способности соблюдать и регулировать равновесие тела.
41. Основы современной методики воспитания собственно силовых способностей.
42. Основы современной методики воспитания скоростных способностей.
43. Основы современной методики воспитания скоростно-силовых способностей.
44. Методы воспитания комплексной выносливости.
45. Методы воспитания общей аэробной выносливости.
46. Методы воспитания выносливости специального типа (на примере избранного вида специфической выносливости).
47. Средства и методы направленного воздействия на воспитание гибкости.
48. Методика воспитания осанки.
49. "Круговая тренировка" как одна из эффективных организационно-методических форм построения тренировочных занятий.
50. Современные подходы в технологии планирования (проектирования, программирования) процесса тренировочных занятий.
51. Особенности технологии перспективного, этапного и оперативно-текущего планирования тренировочного процесса.

52. Тенденции развития современного спорта в мире.
53. Анализ специфики массового спорта и спорта высших достижений.
54. Дифференциация спорта высших достижений (обособление его различных направлений).
55. Общая характеристика системы подготовки спортсмена и ее подсистем.
56. Подходы к классификации многообразия спортивных соревнований.
57. Характеристика соревновательной деятельности спортсмена (ее поведенческой структуры, спортивной техники и тактики, требований к физическим и психическим возможностям спортсмена).
58. Подходы к рационализации систем спортивных соревнований (общей и индивидуализированной).
59. Избирательность и единство основных сторон подготовки спортсмена (физической, технической, тактической, психической подготовки).
60. Спортивная тренировка как важнейший компонент и основная форма подготовки спортсмена.
61. Опережающие и адаптирующие тенденции в динамике спортивно тренировочных воздействий.
62. Общая характеристика структуры спортивно-тренировочного процесса.
63. Типы микроциклов спортивной тренировки, факторы и условия, влияющие на их построение.
64. Типы мезоциклов спортивной тренировки, факторы и условия, влияющие на их построение.
65. Типы макроциклов (полугодичных, годовых и подобных) спортивной тренировки, соотношение между их периодами и фазами динамики спортивной формы.
66. Анализ многомесячной динамики спортивных результатов как критериев динамики спортивной формы (на примере избранного вида спорта).
67. Варьирование структуры макроциклов спортивной тренировки в зависимости от системы соревнований и других условий ее построения.
68. Особенности построения тренировки в условиях среднегорья и в других необычных внешнесредовых условиях.
69. Особенности построения тренировки на этапе непосредственной подготовки к основному соревнованию.
70. Особенности построения тренировки в условиях соревновательного периода большой продолжительности.
71. Основные черты модельно-целевого подхода к построению подготовки спортсмена.
72. Общая характеристика стадий и крупных этапов многолетней спортивной деятельности.
73. Зависимость перспектив и особенностей развертывания спортивной деятельности от уровня спортивной одаренности индивида.
74. Гуманно оправданные подходы к своевременному выявлению индивидуальной спортивной предрасположенности, спортивной ориентации и так называемому «спортивному отбору».
75. Существующие представления об интегративных критериях спортивных способностей и методах комплексного выявления их.
76. Характеристика возрастных границ целесообразного начала углубленной спортивной специализации в различных видах спорта.

Общие положения по курсовой работе. Курсовая работа представляет собой законченную научно-исследовательскую разработку или проект учебно-методической деятельности, в которых решается актуальная для отрасли физической культуры и спорта задача. В работе студент должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории практики физической культуры и спорта цели и задачи исследования на основе

анализа учебной, научно-методической литературы, материалов отражающих практику физкультурно-спортивной деятельности; подбирать адекватные поставленным задачам методы исследования; организовывать и осуществлять экспериментальные исследования; осуществлять необходимую обработку полученных результатов; интерпретировать и оформлять результаты исследования; делать выводы и давать практические рекомендации.

Выбор темы курсовой работы.

Тематика курсовых работ определяется в соответствии с видами и задачами профессиональной деятельности выпускников, на основе содержания дисциплины «Теория физической культуры и спорта». Тематика курсовых работ должна быть актуальной и соответствовать современному состоянию и перспективам развития физической культуры и спорта.

Тематика курсовых работ предлагается кафедрой, но также студент вправе самостоятельно предложить тему курсовой работы.

Процедура выполнения курсовой работы

Курсовая работа представляет собой самостоятельное исследование и должна:

- носить творческий характер;
- отвечать требованиям логичного и четкого изложения материала, доказательности и достоверности фактов;
- отражать умения студента пользоваться рациональными приемами поиска, отбора, обработки и систематизации информации;
- способствовать правильному оформлению (четкая структура, завершенность, правильное оформление библиографических ссылок, списка основной использованной литературы, аккуратность исполнения).

Курсовая работа выполняется на основе глубокого и всестороннего анализа литературы по специальности с учетом выбранной тематики (учебников, учебных пособий, монографий, диссертационных исследований, периодической литературы и т.д.).

За все сведения, изложенные в курсовой работе, порядок использования при ее составлении фактического материала и другой информации, обоснованность (достоверность) выводов и защищаемых положений, ответственность несет непосредственно обучающийся - автор курсовой работы.

Порядок защиты курсовой работы

- представление автором курсовой работы в форме доклада продолжительностью до 10 минут, доклад должен сопровождаться презентацией;
- вопросы комиссии по представленной к защите курсовой работе;
- заслушивание ответов конкурсантов на вопросы по представленной работе.

Оценка курсовой работы

Оценка работ осуществляется ведущим преподавателем дисциплины «Теория физической культуры и спорта».

Критерии оценки работы:

- качество оформления курсовой работы;
- степень раскрытия темы;
- логичность изложения материала;
- соответствия содержания тематике;
- грамотность и умение использовать выразительные средства языка;
- самостоятельность суждения автора;
- степень информированности в данной теме;
- качество выполненной презентации.

Оценка качества подготовки обучающихся включает текущий контроль знаний и промежуточную аттестацию. Данные типы контроля служат основным средством обеспечения в учебном процессе «обратной связи» между преподавателем и студентом,

необходимой для стимулирования работы обучающихся и совершенствования методики преподавания учебной дисциплины.

К формам контроля относится промежуточный контроль знаний в устной форме. Студент должен ответить на два вопроса из примерного перечня вопросов.

При полном выполнении учебного плана, сдачи теста на положительную оценку, подготовка доклада-реферата, сдача презентации, экзамен выставляется в зачетку со средней отметкой за выполненные задания. В случае, когда студент не набирает нужное количество баллов (60 и более) он сдает экзамен в виде ответа на выпавший вопрос из примерного перечня вопросов к экзамену

Отлично ставится при

- ☐ правильном, полном и логично построенном ответе,
- ☐ умении оперировать специальными терминами,
- ☐ использовании в ответе дополнительного материала,
- ☐ иллюстрировать теоретические положения практическим материалом.

Хорошо - в ответе могут иметься

- ☐ негрубые ошибки или неточности,
- ☐ затруднения в использовании практического материала,
- ☐ не вполне законченные выводы или обобщения.

Удовлетворительно ставится при

- ☐ схематичном неполном ответе,
- ☐ видимые затруднения в использовании практического материала,
- ☐ логически не законченном ответе

Неудовлетворительно ставится при

- ☐ неумении оперировать специальными терминами или их незнание,
- ☐ с грубыми ошибками,
- ☐ неумением приводить примеры практического использования научных знаний.
- ☐ несоответствие ответа заданному вопросу

Таблица 9 Примеры оценочных средств с ключами правильных ответов

УКАЖИТЕ ОДНО ЗАДАНИЕ КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
Код и наименование проверяемой компетенции ПК 2				
1.	Задание закрытого типа	1. Какие основные 3 группы методов обучения Вы знаете? А) Словесные, наглядные, практические. Б) Наглядные, познавательные, прикладные. В) Физические, биологические, гигиенические.	+ А;	1
2.		В чем состоит отличие спортивной тренировки от практических занятий по физическому воспитанию? А) Целью и направленностью. Б) Местом проведения и	+ В);	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		методами. В) Набором упражнений.		
3.		Что подразумевает так называемая «правильная» техника выполнения физического упражнения (действия)? А) Красота движений. Б) Соответствие техническому эталону (образцу). В) Эффективность в решении задач.	+ Б);	1
4.		Какую цель преследует отечественная система ФВ? А) Организацию комплексного воздействия на человека (укрепление здоровья, обучение движениям, воспитательно-гигиенические навыки). Б) Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам. В) Укрепление здоровья людей.	+ А)	1
5.		В чем состоит существенное отличие интервального метода тренировки и повторного? А) В объеме выполняемой нагрузки. Б) В количестве рабочих отрезков (подходов). В) В длительности интервалов отдыха.	+ Б) ;	1
6.	Задание открытого типа	1. Решите практическую задачу. Какой метод тренировки выбрать при работе с квалифицированными и хорошо тренированными спортсменами.	+ а) Соревновательный метод;	1
7.		2. На сколько групп разделены и классифицированы доступные методы тренировки	Методы тренировки имеют первостепенное значение и для теории тренировки, и для	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
			тренировочной практики. Несмотря на огромное разнообразие возможных комбинаций упражнений, доступные методы тренировки могут быть классифицированы и подразделены на пять главных групп	
8.		3. Все разновидности борьбы, бокса, фехтования, характеризующиеся контактным противоборством двух соперников в бою или поединке, регламентированном правилами соревнований, обозначаются, как.....	+единоборства	1
9.		4. Ловкость как физическое качество и методы ее воспитания	Ответ: Под физическим качеством ловкости понимается единство взаимодействия функций центрального и периферического управления двигательной системой человека, позволяющих перестраивать биомеханическую структуру действий в соответствии с меняющимися условиями решения двигательной задачи. Ловкость выражается через совокупность координационных способностей, проявляющихся при условии сохранения устойчивости тела и необходимой	5

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
			амплитуды движений. Методы: игровой соревновательный.	
10.		5. Охарактеризуйте этапы спортивной подготовки.	Ответ: 1. Предварительная подготовка -1-3 года 2. Начальная специализация 2-3 года. 3. Углублённая специализация 2-3 года. 4. Спортивное совершенствование индивидуально.	5
	Задание закрытого типа	1. Компоненты физической культуры А) спортивно-массовая работа, самостоятельные занятия ФК Б) учебно-тренировочные занятия, экстремальные виды спорта В) физическое воспитание, спорт, Г) урок физической культуры, подвижные игры	+ В;	1
11.		Документ, определяющий программно- нормативные основы системы физической культуры А) Единой спортивной классификации Б) федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ В) государственный стандарта по физическому воспитанию Г) программы по физическому воспитанию	+ Б);	1
12.		К общественным органам управления ФК относится: А) Олимпийский комитет России Б) Министерство Российской Федерации по физической	+ А);	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		культуре, спорту и туризму В) Комитет Государственной Думы по туризму и спорту Г) городские комитеты по физической культуре и спорту		
13.		Основная цель отечественной системы ФВ? А) Организацию комплексного воздействия на человека (укрепление здоровья, обучение движениям, воспитательно-гигиенические навыки). Б) Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам. В) Укрепление здоровья людей.	+ А)	1
14.		Основное содержание Единой спортивной классификации включает: А) порядок присвоения и подтверждения спортивных званий и разрядов в Российской Федерации Б) содержание физического воспитания в образовательных учреждениях В) критерии оценок по ФВ Г) программно-нормативные основы системы физической культуры	+ А) ;	1
15.	Задание открытого типа	<i>Решите практическую задачу. Укажите пункты Положения о соревнованиях. Какой из ниже перечисленных пунктов не является обязательным в структуре Положения...?</i> 1) цели и задачи соревнований 2) сроки и место проведения соревнований 3) руководство проведением соревнований 4) требования к участвующим организациям, участникам соревнований и условия проведения 5) условия подведения	Ответ + 7) все пункты обязательны в структуре Положения о соревнованиях	5

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		итогов 6) условия финансирования 7) все пункты обязательны в структуре Положения о соревнованиях		
16.		Под «системой физической культуры» понимается - упорядоченная совокупность государственных органов, ----- и граждан, осуществляющих деятельность в целях развития физической культуры и спорта в Российской Федерации.	Ответ: - общественных организаций	1
17.		Все разновидности борьбы, бокса, фехтования, характеризующиеся контактным противоборством двух соперников в бою или поединке, регламентированном правилами соревнований, обозначаются, как.....	+единоборства	1
18.		Ниже приводится классификация соревнований по ведомственной принадлежности спортсменов. Какой из ниже перечисленных пунктов не соответствует правильному пониманию представляемой классификации...? 1) профсоюзные 2) армейские 3) коллективов физической культуры 4) соревнования с параллельным зачетом	Ответ: 4) соревнования с параллельным зачетом	5
19.		5. Охарактеризуйте организации занятий физической культурой	Ответ: Эффективность занятий в большей степени зависит от их правильной организации, которая позволяет обеспечить	5

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
			плотность занятий, оптимальную дозировку выполняемых упражнений, действенный контроль, учёт индивидуальных особенностей спортсменов. Рекомендуется различать следующие формы организации занятий: фронтальную, групповую, индивидуальную и свободную.	
20.	Комбинированное задание			
		Описание. Во время игры Петя ловил мяч, но мяч коснулся пола. Участник должен покинуть игровое поле в зону капитана, но Петя продолжил игру, не среагировав на замечание судьи. Среди остальных участников игры возник спор, одни кричат, что Петя должен покинуть поле, а другие - может продолжить игру. Ученик расплакался и покинул зону игры. Судья остановил ход игры и предложил разобраться в данной ситуации. Контрольные вопросы: По какой причине возникла данная ситуация? Кто из ребят был прав? Правильно ли повел себя Петя? Ребята? Как бы вы поступили в данной ситуации на месте учителя?	Варианты решения. При работе в мини-группах обсуждают правила игры. Если дети будут четко следовать указаниям учителя во время игры, то в дальнейшем такие ситуации могут не повториться. Судья должен донести до учащихся, что в эту игру они только учатся играть, поэтому могут быть трудности, непонимание друг друга. Чтобы этого избежать, нужно внимательно слушать и следовать правилам игры и спокойно реагировать на ошибки других участников	30 минут.

Полный комплект оценочных материалов по дисциплине (модулю) (фонд оценочных средств) хранится в электронном виде на кафедре, утверждающей рабочую программу дисциплины (модуля), и в Центре мониторинга и аудита качества обучения.

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Дисциплина Педагогическое физкультурно -спортивное совершенствование.

Таблица 10 – Технологическая карта рейтинговых баллов по дисциплине (модулю)

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий/баллы	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
Основной блок				
1.	Посещение занятий	18\0,2	3,6	
2.	Выступление на семинарских занятиях			по расписанию
2.1.	полный ответ по вопросу	9\1 балла	9	
2.2.	доклад теме	1\1,8 балла	1,8	
2.3.	дополнение	9\0,4 балла	3,6	
2	Практическое задание	1\4 балла	4	по расписанию
3	Тестирование по разделам	40\0,5 балл за каждый правильный ответ	20	по расписанию
4	Презентация	1\ 2,5балла	2,5	по расписанию
5	Практическая работа	1\ 3балла	3	по расписанию
6	Реферат	1\2,5 балла	2,5	по расписанию
Промежуточный контроль			50	
6	Блок бонусов			
6.1.	Научно-практическая деятельность (выступление на конференции, публикации статей)	1\10 балла	10	по расписанию
			10	по расписанию
Всего				
дополнительный блок				
7	Экзамен		50	по расписанию
Итого			100	

Таблица 11 – Система штрафов (для одного занятия)

Показатель	Балл
<i>Опоздание на занятие</i>	- 1
<i>Нарушение учебной дисциплины</i>	- 2
<i>Неготовность к занятию</i>	- 2
<i>Пропуск занятия без уважительной причины</i>	-2
<i>Не выполненное домашнее задание</i>	- 3

Таблица 12 – Шкала перевода рейтинговых баллов в итоговую оценку за семестр по дисциплине (модулю)

Сумма баллов	Оценка по 4-балльной шкале
90–100	5 (отлично)
85–89	4 (хорошо)

Сумма баллов	Оценка по 4-балльной шкале	
75–84	3 (удовлетворительно)	
70–74		
65–69		
60–64		
Ниже 60	2 (неудовлетворительно)	

При реализации дисциплины (модуля) в зависимости от уровня подготовленности обучающихся могут быть использованы иные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации.

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

8.1. Основная литература:

Губа В.П., Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) [Электронный ресурс] : научно-методич. пособие / В.П. Губа. - М. : Советский спорт, 2012. - 384 с. - ISBN 978-5-9718-0577-9 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805779.html>

Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: введение в предмет : учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений / Л. П. Матвеев. - 4-е изд. ; стереотип. - СПб; М. : Лань: Омега-Л, 2004. - 160 с. – 37 шт

Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие / - 2-е изд. ; испр. и доп. - М. : Академия, 2002. - 480 с. – 21 шт.

Шамардин А.И., Организационные аспекты управления физкультурно-спортивным движением [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.И. Шамардин, В.Д. Фискалов, Ю.А. Зубарев, В.П. Черкашин; под общ. ред. В.Д. Фискалова - М. : Советский спорт, 2013. - 464 с. - ISBN 978-5-9718-0628-8 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806288.html>

8.2. Дополнительная литература:

Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта : рек. М-вом РФ по физической культуре, спорту и туризму в качестве учеб. пособия для студентов и преподавателей вузов и сред. учеб. заведений физической культуры / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд. ; стер. - М. : Академия, 2004. - 480 с. – 12 шт.

3. Холодов, Ж. К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учебное пособие / Холодов, Жорж Константинович, Кузнецов, Василий Степанович. - М. : Академия, 2001. - 144 с. 21 шт.

4. Адельфинский А.С., Назло рекордам. Опыт исследования массового спорта[Электронный ресурс] монография/ Адельфинский, А. С. - М.: Дело, 2018. - 384 с. - ISBN 978-5-7749-1297-1 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785774912971.html>

5. Ворожбитова А.Л., Гендер в спортивной деятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Ворожбитова А.Л. - М. : ФЛИНТА, 2014. - 216 с. - ISBN 978-5-9765-1031-9 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976510319.html>

6. Варфоломеева З.С., Проектирование педагогических технологий в физическом воспитании школьников и детско-юношеском спорте [Электронный ресурс] / Варфоломеева З.С. - М. : ФЛИНТА, 2017. - 154 с. - ISBN 978-5-9765-1527-7 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976515277.html>

1. Шустин Б.Н., Вестник спортивной науки [Электронный ресурс] / Шустин Б.Н., Яшина Е.Р., Арансон М.В. - М. : Спорт, 2017. - ISBN --2017 - Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/sport_5-2017.html

8.3. Интернет-ресурсы, необходимые для освоения дисциплины (модуля)

1. Электронная библиотека «Астраханский государственный университет» собственной генерации на платформе ЭБС «Электронный Читальный зал – БиблиоТех». <https://biblio.asu.edu.ru>

Учетная запись образовательного портала АГУ

2. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». Многопрофильный образовательный ресурс «Консультант студента» является электронной библиотечной системой, предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Каталог в настоящее время содержит около 15000 наименований.

www.studentlibrary.ru. *Регистрация с компьютеров АГУ*

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для проведения занятий по дисциплине имеются лекционные аудитории, оборудованные мультимедийной техникой с возможностью презентации обучающих материалов, фрагментов фильмов; аудитории для проведения семинарских и практических занятий, оборудованные учебной мебелью и средствами наглядного представления учебных материалов; библиотека с местами, оборудованными компьютерами, имеющими доступ к сети Интернет.

Рабочая программа дисциплины (модуля) при необходимости может быть адаптирована для обучения (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий) лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов. Для этого требуется заявление обучающихся, являющихся лицами с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, или их законных представителей и рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии. Для инвалидов содержание рабочей программы дисциплины (модуля) может определяться также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

10. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Рабочая программа дисциплины (модуля) при необходимости может быть адаптирована для обучения (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий) лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов. Для этого требуется заявление обучающихся, являющихся лицами с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, или их законных представителей и рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии. При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются их индивидуальные психофизические особенности. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

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

наличие иллюстрационных материалов и т.д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

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

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