

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
АЭРОКОСМИЧЕСКОГО ПРИБОРОСТРОЕНИЯ»

Кафедра №64

«УТВЕРЖДАЮ»

Руководитель направления

Д.Э.Н., доц.

(должность, уч. степень, звание)

К.В. Лосев

(подпись)

«30» 08 2024 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Теория обучения в спортивной тренировке»

(Название дисциплины)

| | |
|--|------------------------------------|
| Код направления | 44.06.01 |
| Наименование направления/ специальности | Образование и педагогические науки |
| Наименование направленности | Теория и методика спорта |
| Форма обучения | заочная |

Санкт-Петербург 2024 г.

Лист согласования рабочей программы дисциплины

Программу составил(а)

Доц., к.п.н. доцент
должность, уч. степень, звание
подпись, дата 20.06.2024Е.Г. Шубин
инициалы, фамилия

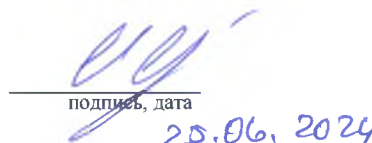
Программа одобрена на заседании кафедры № 64

«25» 06 2024 г, протокол № 11

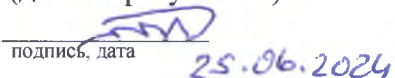
Заведующий кафедрой № 64

д.п.н., проф.
должность, уч. степень, звание
подпись, дата 25.06.2024В.М. Башкин
инициалы, фамилия

Ответственный за ОП 44.06.01(02)

доц., к.п.н., доц.
должность, уч. степень, звание
подпись, дата 25.06.2024И.М. Евдокимов
инициалы, фамилия

Заместитель директора института (декана факультета) № 6 по методической работе

Д.и.н., доц.
должность, уч. степень, звание
подпись, дата 25.06.2024Л.Ю.Гусман
инициалы, фамилия

Аннотация

Дисциплина «Теория обучения в спортивной тренировке» является факультативной дисциплиной образовательной программы по направлению «44.06.01 «Образование и педагогические науки» направленность «Теория и методика спорта». Дисциплина реализуется кафедрой № 64.

Дисциплина не является обязательной при освоении обучающимся образовательной программы и направлена на углубленное формирование

профессиональных компетенций:

ПК-2 «владение актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием человека».

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с физической культурой и спортом: сущность спорта как общественного и педагогического явления, его структуру и функции; возникновение и развитие соревновательной деятельности и оформление спорта в качестве компонента физической культуры; ознакомление с процессами интеграции и дифференциации научных знаний в сфере теории спорта; обеспечение профессионального понимания ключевых проблем в сфере теории и методики подготовки спортсменов, основы и основные этапы учебно-тренировочного процесса; методики оценки и контроля физической подготовленности.

Преподавание дисциплины предусматривает следующие формы организации учебного процесса: лекции, практические занятия, семинары, самостоятельная работа обучающегося, консультации.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация в форме зачета.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 1 зачетную единицу, 36 часов. Язык обучения по дисциплине - «русский».

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

1.1. Цели преподавания дисциплины

Формирование широкой научной эрудиции в области спорта как отрасли научно-прикладных знаний, кругозора аспирантов по многообразным проблемам теории и практики подготовки спортсмена.

1.2 Задачи дисциплины

Раскрыть сущность спорта как общественного и педагогического явления, его структуру и функции, показать процесс возникновения и развития соревновательной деятельности и оформление спорта в качестве компонента физической культуры, ознакомить с процессами интеграции и дифференциации научных знаний в сфере теории спорта, обеспечить профессиональное понимание ключевых проблем в сфере теории и методики подготовки спортсменов, стимулировать развитие творческих способностей в поиске путей их решения.

В результате освоения дисциплины обучающийся расширяет следующие компетенции ПК-2 «владение актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием человека»

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина базируется на базовых знаниях аспирантов, полученных на бакалаврском и магистерском уровне образования. Оно соответствует основным разделам программы-минимум кандидатского экзамена по специальности 5.8.5 – теория и методика спорта.

3. Объем дисциплины в ЗЕ/академ. Час

Данные об общем объеме дисциплины, трудоемкости отдельных видов учебной работы по дисциплине (и распределение этой трудоемкости по семестрам) представлены в таблице 1

Таблица 1 – Объем и трудоемкость дисциплины

| Вид учебной работы | Всего | Трудоемкость по семестрам |
|---|-------|---------------------------|
| | | №1 |
| 1 | 2 | 3 |
| Общая трудоемкость дисциплины, ЗЕ/(час) | 1/ 36 | 1/ 36 |
| <i>Аудиторные занятия</i> , всего час., <i>В том числе</i> | 2 | 2 |
| лекции (Л), (час) | 2 | 2 |
| Практические/семинарские занятия | | |

| | | |
|--|-------|-------|
| (ПЗ), (час) | | |
| лабораторные работы (ЛР), (час) | | |
| курсовой проект (работа) (КП, КР), (час) | | |
| Экзамен, (час) | | |
| <i>Самостоятельная работа</i> , всего | 34 | 34 |
| Вид промежуточного контроля: | Зачет | Зачет |

4. Содержание дисциплины

4.1. Распределение трудоемкости дисциплины по разделам и видам занятий

Разделы и темы дисциплины и их трудоемкость приведены в таблице 2.

Таблица 2. – Разделы, темы дисциплины и их трудоемкость

| Разделы, темы дисциплины | Лекции (час) | ПЗ (СЗ) (час) | ЛР (час) | КП (час) | СРА (час) |
|--|--------------|---------------|----------|----------|-----------|
| Семестр 1 | | | | | |
| Сущность спорта, его социальные функции, формы и условия функционирования в обществе, тенденции развития. | 1 | | | | 2 |
| Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт спортивной деятельности; факторы, обуславливающие их. | 1 | | | | 2 |
| Общая характеристика системы спортивных соревнований и соревновательной деятельности спортсменов. | | | | | 4 |
| Основы спортивной подготовки. | | | | | 4 |
| Виды подготовки спортсмена, обеспечивающие результативность соревновательной деятельности. | | | | | 4 |
| Основы структуры тренировочного процесса. | | | | | 6 |
| Спортивная ориентация и отбор. Научно-методические основы подготовки спортсменов | | | | | 6 |
| Управление системой совершенствования спортсмена | | | | | 4 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|----|
| Внетренировочные и внесоревновательные факторы в спорте | | | | | 4 |
| Итого: | 2 | 0 | 0 | 0 | 34 |

4.2. Содержание разделов и тем лекционных занятий

Содержание разделов и тем лекционных занятий приведено в таблице 3.

Таблица 3 - Содержание разделов и тем лекционных занятий

| Номер раздела | Название и содержание разделов и тем лекционных занятий |
|---------------|--|
| Раздел 1 | <p>Сущность спорта, его социальные функции, формы и условия функционирования в обществе, тенденции развития</p> <p>Исходные понятия: Спорт, подготовка спортсмена, система подготовки спортсмена, спортивная тренировка, спортивная деятельность, спортивное движение. Спорт как исторически сложившаяся соревновательная деятельность. Спорт в структуре современного общества. Тенденция развития научных знаний в области спорта. Типы и виды спорта, сложившиеся в мире, в России. Проблемы и перспективы развития современного международного олимпийского движения. Характеристика функций спорта: престижной, соревновательно-эталонной, эвристически-достиженческой, оздоровительно-рекреативной, эмоционально-зрелищной, экономической и др.</p> |
| Раздел 2 | <p>Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт спортивной деятельности; факторы, обуславливающие их</p> <p>Исходные понятия: Спортивный результат, спортивное достижение, спортивный рекорд, их отличительные признаки и взаимосвязь. Критерии измерения и оценки спортивных результатов. Классификация спортивных достижений. Структура спортивных достижений, ее основные уровни. Показатели и факторы, в наибольшей мере определяющие спортивные достижения. Тенденции развития и современный уровень спортивных достижений в отдельных спортивных дисциплинах.</p> |
| Раздел 3 | <p>Общая характеристика системы спортивных соревнований и соревновательной деятельности спортсменов</p> <p>Исходные понятия: Соревнования – основа существования спорта. Содержание и особенности соревновательной деятельности. Моделирование соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Структура общей и индивидуальной системы соревнований. Особенности индивидуальной системы соревнований в связи с профессионализацией спорта.</p> |
| Раздел 4 | <p>Основы спортивной подготовки</p> <p>Исходные понятия: Цель подготовки как предполагаемый, заранее (мысленно или вербально) планируемый, ожидаемый результат спортивной деятельности. Типы задач, детализирующих содержание главной цели подготовки. Критерии и разновидности классификации средств спортивной подготовки. Соревновательные, специально-подготовительные и общеподготовительные упражнения. Основные подходы к классификации методов спортивной подготовки: по виду подготовки, способу применения, характеру выполнения физической нагрузки и др. Их содержание и характерные особенности. Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов. Характерные их особенности и пути реализации в практике спорта. Нагрузка, утомление, восстановление и адаптация в спортивной тренировке.</p> |
| Раздел 5 | <p>Виды подготовки спортсмена, обеспечивающие результативность соревновательной деятельности</p> <p>Исходные понятия: Классификация видов подготовки спортсмена. Физическая подготовка, ее виды, содержание, значение.</p> |

| | |
|-----------------|--|
| | <p>Техническая подготовка, ее виды, содержание и основные задачи. Техническое мастерство как наиболее высокий уровень технической подготовленности спортсмена. Объективные критерии оценки технического мастерства. Основы методики технической подготовки в процессе тренировки.</p> <p>Тактическая подготовка как педагогический процесс, направленный на овладение рациональными способами ведения соревновательной борьбы. Содержание понятий: спортивная тактика, спортивно-тактическое мастерство, тактический замысел, тактический план. Особенности тактики в различных видах спорта. Задачи, содержание и методика тактической подготовки. Психологическая подготовка, ее виды, содержание и значение. Задачи, средства и методы общей и специальной психологической подготовки. Интеллектуальная (теоретическая) подготовка, ее значение и место в тренировке. Содержание, пути и формы интеллектуального образования и воспитания интеллектуальных способностей в процессе подготовки спортсмена. Интегральная подготовка как процесс обеспечения слаженности комплексных проявлений всех сторон подготовленности в соревновательной деятельности. Задачи, средства и методы интегральной подготовки.</p> |
| Раздел 6 | <p style="text-align: center;">Основы структуры тренировочного процесса</p> <p>Исходные понятия: Структура тренировочного процесса как основа его целостной упорядоченности. Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов). Факторы и условия, влияющие на их структуру. Типы микроциклов. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа полугодовых, годовых и многолетних. Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов. Спортивная тренировка как многолетний процесс. Стадии и этапы многолетнего пути спортивного совершенствования</p> |
| Раздел 7 | <p style="text-align: center;">Спортивная ориентация и отбор</p> <p style="text-align: center;">Научно-методические основы подготовки юных спортсменов</p> <p>Исходные понятия: Спортивная ориентация и спортивный отбор. Место отбора в системе многолетней подготовки. Ступени, задачи ориентации и отбора на разных этапах многолетней подготовки. Критерии, методика и организации ориентации и отбора на этапах начальной, предварительной и углубленной спортивной специализации, максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей и сохранения достижений. Теоретико-методологические положения системы подготовки юных спортсменов. Организационные и программно-нормативные основы юношеского спорта. Построение учебного процесса в спортивных школах различного типа. Общие подходы к нормированию нагрузок юных спортсменов. Воспитательная работа с юными спортсменами.</p> |
| Раздел 8 | <p style="text-align: center;">Управление системой совершенствования спортсмена</p> <p>Исходные понятия: Управление тренировочным процессом, его структурные компоненты. Постановка цели и прогнозирование – важные условия эффективного управления процессом подготовки. Роль и место моделирования в структуре управления. Планирование, программирование и контроль как неотъемлемые элементы управления тренировочным процессом. Принятие решения об уровне подготовленности спортсмена и внесение коррекций в тренировочные программы.</p> |
| Раздел 9 | <p style="text-align: center;">Внетренировочные и внесоревновательные факторы в спорте</p> <p>Исходные понятия: Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки, их классификация и основные направления использования. Особенности тренировочного процесса и соревновательной деятельности в условиях среднегорья и высокогорья, жаркого и холодного климата, а также в связи с изменением географического пояса и погодных условий. Материально-техническое, научное и организационно-педагогическое обеспечение подготовки и соревнований.</p> |

4.3. Практические (семинарские) занятия

Темы практических занятий и их трудоемкость приведены в таблице 4.

Таблица 4 – Практические занятия и их трудоемкость

| № п/п | Темы практических занятий | Формы практических занятий | Трудоемкость, (час) | № раздела дисциплины |
|---------------------------------|---------------------------|----------------------------|---------------------|----------------------|
| Учебным планом не предусмотрено | | | | |

4.4. Лабораторные занятия

Темы лабораторных занятий и их трудоемкость приведены в таблице 5.

Таблица 5 – Лабораторные занятия и их трудоемкость

| № п/п | Наименование лабораторных работ | Трудоемкость, (час) | № раздела дисциплины |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------|----------------------|
| Учебным планом не предусмотрено | | | |

4.5. Курсовое проектирование (работа)

Учебным планом не предусмотрено

4.6. Самостоятельная работа обучающихся

Виды самостоятельной работы и ее трудоемкость приведены в таблице 6.

Таблица 6 Виды самостоятельной работы и ее трудоемкость

| Вид самостоятельной работы | Всего, час | Семестр 1, час |
|---|------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 |
| Самостоятельная работа, всего | 34 | 34 |
| изучение теоретического материала дисциплины (ТО) | | |
| курсовое проектирование (КП, КР) | - | - |
| выполнение реферата (Р) | 14 | 14 |
| Подготовка к текущему контролю (ТК) | 20 | 20 |
| домашнее задание (ДЗ) | - | - |
| контрольные работы заочников (КРЗ) | - | - |

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся указаны в п.п. 8-10.

6. Перечень основной и дополнительной литературы

6.1. Основная литература

Перечень основной литературы приведен в таблице 7.

Таблица 7 – Перечень основной литературы

| Шифр | Библиографическая ссылка / URL адрес | Количество экземпляров в библиотеке (кроме электронных экземпляров) |
|------------|--|---|
| Ч С 17 | Самостоятельная физическая подготовка студентов на примере легкой атлетики [Текст] : учебно-методическое пособие / С.-Петербург. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост.: А. А. Евгеньев, Е. Г. Шубин, В. М. Башкин. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2012 | 40 |
| Ч И 60 | Индивидуальная коррекция тренировочной нагрузки по состоянию центральной нервной системы и нервно-мышечного аппарата спортсменов [Текст] : методические указания / С.-Петербург. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост.: В. М. Башкин, Е. А. Евгеньев. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2012. | 40 |
| Ч Е 91 | Ефимова-Комарова, Людмила Борисовна. Физическая культура студента специальной медицинской группы [Текст] : учебно-методическое пособие для студентов специального учебного отделения / Л. Б. Ефимова-Комарова, Л. А. Кирьянова, Т. А. Башкина ; С.-Петербург. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2013. | 65 |
| 61 Б 37 | Бег как основное средство поддержания здоровья [Текст] : методические указания / С.-Петербург. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост.: С. С. Плотникова, А. С. Сидоренко, И. М. Евдокимов. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2013. - 16 с. | 61 |

6.2 Дополнительная литература

Перечень дополнительной литературы приведен в таблице 8.

Таблица 8 – Перечень дополнительной литературы

| Шифр | Библиографическая ссылка/ URL адрес | Количество экземпляров в библиотеке (кроме электронных экземпляров) |
|----------------|--|---|
| Ч О-54 | Олимпийский учебник студента [Текст] : учебное пособие / В. С. Родиченко, С. А. Иванов, А. Т. Контанистов и др ; Олимп. ком. России. - 3-е изд., перераб. и доп. - М. : Сов. спорт, 2005. - 126 с. : | 3 |
| 658 Е 91 | Ефимов, В. К. Менеджмент в физической культуре и спорте : учебное пособие / В. К. Ефимов ; Департамент образования г. Москвы. Гос. образов. учреждение. Моск. гор. пед. ун-т. - М. : изд-во Моск. гор. пед. ун-та, 2004. - 143 с. | 2 |
| 378 Т 36 | Тестирование и методика оценки физической подготовленности студентов : методические указания / С. - Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост. В. Г. Усанков, Е. Г. Шубин. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2008. - 19 с. | 80 |
| 37 Б 25 | Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура студента [Текст] : учебное пособие для спо / В. А. Бароненко. - 2-е изд., перераб. - М. : Альфа-М : Инфра-М, 2009. - 336 с. | 3 |
| Ч К 84 | Круговая тренировка [Текст] : методические рекомендации / С.-Петербург. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост. А. С. Сидоренко. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2009 | 80 |
| Ч(ГУАП) Ф50 | Учебное пособие / В. С. Родиченко, С. А. Иванов, А. Т. Контанистов и др ; Олимп. ком. России ; Администрация Омс. обл. - 8-е изд., перераб. и доп. - М. : Сов. спорт, 2003. - 144 с. | 20 |
| Ч Р93 | Рыбников, В. В. Формирование системы духовно-нравственных качеств у студентов на занятиях физической культурой [Текст] : монография / В. В. Рыбников ; Пед. ин-т Саратов. гос. ун-та им. Н. Г. Чернышевского. - Саратов : Изд-во Саратов. ун-та, 2003. - 48 с. : табл. - Библиогр.: с. 42 – 46 | 2 |
| Ч О-54 | Олимпийский учебник студента [Текст] : учебное пособие / В. С. Родиченко, С. А. Иванов, А. Т. Контанистов и др ; | 4 |

| | | |
|-----------------------|---|----|
| | Олимп. ком. России. - М. : Сов. спорт, 2003. - 126 с. | |
| Ч(ГУА П) Ф50 | Физическая культура и ее формирование в процессе высшего профессионального образования [Текст] : учебное пособие / В. Д. Бушtruk, Ю. Войнар, В. Ф. Костюченко, Е. Г. Шубин ; С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2003. - 34 с. - Библиогр. : с. 32 – 33 | 24 |
| Ч О-54 | Олимпийский учебник студента [Текст] : учебное пособие / В. С. Родиченко, С. А. Иванов, А. Т. Контанистов и др ; Олимп. ком. России. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Сов. спорт, 2004. - 126 с. | 4 |
| Э(ГУА П) Ф24 | Фарберов, Михаил Борисович. Физическая культура и религия [Текст] : история взаимоотношений / М. Б. Фарберов ; С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - , науч.-попул. изд. - Документ включает в себя 1 файл, размер(217Кb). - СПб. : Изд-во ГУАП, 2001. - 35 с. | 61 |
| Ч(ГУА П) Б94 | Бушtruk, В. Д. Подготовка спортсмена в многолетнем аспекте [Текст] : Учебное пособие / В. Д. Бушtruk, В. Ф. Костюченко, Е. Г. Шубин ; С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - Документ включает в себя 1 файл, размер: (320 Kb). - СПб. : Изд-во ГУАП, 2002. - 32 с. | 60 |
| Ч51 Б93 | Бутин, И. М. Лыжный спорт [Текст] : учебник / И. М. Бутин. - М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 192 с. | 2 |
| Ч51 А43 | Актуальные проблемы педагогической деятельности в физической культуре и спорте и пути их решения в физкультурном образовании [Текст] : сборник научных трудов / Кур. гос. пед. ун-т ; Ред. Т. В. Скобликова. - Курск : Изд-во КГПУ, 2002. -149 с | 2 |
| 61 П 84 | Профилактика и лечение сколиоза у студентов, занимающихся физической культурой в специальной медицинской группе в высшем учебном заведении : методические указания / С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост., В. М. Башкин и др. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2008. | 80 |
| 621.39 6.6 Ш 95 | Шубин, Е. Г. Система организации занятий и планирование круглогодичной подготовки в спортивной радиопеленгации [Текст] : учебное пособие / Е. Г. Шубин ; | 30 |

| | | |
|------------|--|----|
| | С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2008. - 72 с. | |
| 61 Н 19 | Назарова, Елена Николаевна. Здоровый образ жизни и его составляющие [Текст] : учебное пособие / Е. Н. Назарова. - М. : Академия, 2007. - 256 с. | 2 |
| Ч Р 17 | Развитие основных физических качеств студентов методом круговой тренировки [Текст] : методические рекомендации / С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост. А. С. Сидоренко. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2013. - 18 с. - | 30 |
| 61 Д 58 | Доврачебная помощь при спортивных травмах на занятиях по физическому воспитанию [Текст] : методическое пособие / С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост. А. С. Сидоренко [и др.]. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2009 | 49 |

7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети ИНТЕРНЕТ, необходимых для освоения дисциплины

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети ИНТЕРНЕТ, необходимых для освоения дисциплины приведен в таблице 9.

Таблица 9 – Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети ИНТЕРНЕТ, необходимых для освоения дисциплины

| URL адрес | Наименование |
|---|---|
| www.guap.ru | Сайт ГУАП |
| http://rao.edu.ru | Российская Академия образования. |
| http://vak.ed.gov.ru | ВАК РФ |
| http://ripс.redline.ru | Академия повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования. |
| http://mtas.ru | Сайт о математическом моделировании социально-экономических систем, в т.ч. образовательных и педагогических |
| http://methodolog.ru | Специализированный сайт о методологии |
| http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc | Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту. / |
| http://rusathletics.com | Легкая атлетика России |

| | |
|---|--|
| http://sportkniga.kiev.ua/cat/29 | Спорткнига. Физкультура и спорт. |
| http://www.studsport.ru | Российский студенческий спортивный союз. |
| http://news.sportbox.ru | Портал спортивных новостей. |

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

8.1. Перечень программного обеспечения

Таблица 10 – Перечень программного обеспечения

| № п/п | Наименование |
|-------|---|
| 1 | Microsoft Windows (номер лицензии:62047569) |
| 2 | Microsoft Office (номер лицензии:61351237) |

8.2 Перечень информационно-справочных систем

Перечень используемых информационно-справочных систем представлен в таблице 11.

Таблица 11 – Перечень информационно-справочных систем

| № п/п | Наименование |
|-------|---|
| 1 | Справочно-правовая система «Консультант Плюс» |
| 2 | ЭБС ZNANIUM |
| 3 | ЭБС издательства ЛАНЬ |

9. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Состав материально-технической базы представлен в таблице 12.

Таблица 12 – Состав материально-технической базы

| № п/п | Наименование составной части материально-технической базы | Номер аудитории (при необходимости) |
|-------|---|-------------------------------------|
| 1 | Мультимедийная лекционная аудитория | |
| 2 | Спортивный зал | |
| | | |
| | | |

10. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

10.1. Состав фонда оценочных средств приведен в таблице 13

Таблица 13 - Состав фонда оценочных средств для промежуточной аттестации

| Вид промежуточной аттестации | Примерный перечень оценочных средств |
|------------------------------|---|
| Зачет | Вопросы для зачета (приведены в Таблице 17) |

10.2. Перечень компетенций, относящихся к дисциплине, и этапы их формирования в процессе освоения образовательной программы приведены в таблице 14.

Таблица 14 – Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

| Номер семестра | Этапы формирования компетенций по дисциплинам/практикам в процессе освоения ОП |
|--|--|
| ПК-2 «владение актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием человека» | |
| 2 | Человек в современном мире |
| 3 | Научные исследования |
| 4 | Научные исследования |
| 4 | Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (научно-исследовательская) |
| 5 | Научные исследования |
| 6 | Научные исследования |
| 7 | Научные исследования |
| 8 | Научные исследования |

10.3. В качестве критериев оценки уровня сформированности (освоения) у обучающихся компетенций применяется шкала модульно–рейтинговой системы университета. В таблице 15 представлена 100–балльная и 4–балльная шкалы для оценки сформированности компетенций.

Таблица 15 –Критерии оценки уровня сформированности компетенций

| Оценка компетенции | | Характеристика сформированных компетенций |
|--------------------|------------|---|
| 100- | 4-балльная | |

| балльная шкала | шкала | |
|----------------------|---------------------------------------|---|
| $85 \leq K \leq 100$ | «отлично» «зачтено» | <ul style="list-style-type: none"> - обучающийся глубоко и всесторонне усвоил программный материал; - уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает; - опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью направления; - умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи; - делает выводы и обобщения; - свободно владеет системой специализированных понятий. |
| $70 \leq K \leq 84$ | «хорошо» «зачтено» | <ul style="list-style-type: none"> - обучающийся твердо усвоил программный материал, грамотно и по существу излагает его, опираясь на знания основной литературы; - не допускает существенных неточностей; - увязывает усвоенные знания с практической деятельностью направления; - аргументирует научные положения; - делает выводы и обобщения; - владеет системой специализированных понятий. |
| $55 \leq K \leq 69$ | «удовлетворительно» «зачтено» | <ul style="list-style-type: none"> - обучающийся усвоил только основной программный материал, по существу излагает его, опираясь на знания только основной литературы; - допускает несущественные ошибки и неточности; - испытывает затруднения в практическом применении знаний направления; - слабо аргументирует научные положения; - затрудняется в формулировании выводов и обобщений; - частично владеет системой специализированных понятий. |
| $K \leq 54$ | «неудовлетворительно» «не зачтено» | <ul style="list-style-type: none"> - обучающийся не усвоил значительной части программного материала; - допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении проблем в конкретном направлении; - испытывает трудности в практическом применении знаний; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует выводов и обобщений. |

10.4. Типовые контрольные задания или иные материалы:

1. Вопросы (задачи) для экзамена (таблица 16)

Таблица 16 – Вопросы (задачи) для экзамена

| № п/п | Перечень вопросов (задач) для экзамена |
|-------|--|
| | Учебным планом не предусмотрено |

2. Вопросы (задачи) для зачета / дифференцированного зачета (таблица 17)

Таблица 17 – Вопросы (задачи) для зачета / дифф. зачета

Перечень вопросов для зачета

1. Спорт как исторически сложившейся вид соревновательной деятельности. Типы и виды спорта, сложившиеся в мире, России.
2. Характеристика функций спорта. Гуманистическая направленность функций спорта. Негативные явления в спорте.
3. Спортивные результаты как специфический и интегральный продукт спортивной деятельности. Факторы, обуславливающие уровень результатов. Тенденции развития и современный уровень спортивных достижений в отдельных спортивных дисциплинах.
4. Типы задач, детализирующих содержание главной цели подготовки. Основные разделы (стороны) подготовки спортсмена в процессе тренировок.
5. Критерии и разновидности классификации средств спортивной подготовки.
6. Критерии классификации методов спортивной подготовки: по виду подготовки, способу применения, характеру выполнения физической нагрузки и т.д. их содержание и характерные особенности.
7. Принцип направленности к максимуму достижений. Характерные особенности и пути реализации в практике спорта.
8. Принцип углубленной специализации и индивидуализации. Характерные особенности и пути реализации в практике спорта.
9. Принцип единства общей и специальной подготовки спортсмена. Характерные особенности и пути реализации в практике спорта.
10. Принцип непрерывности тренировочного процесса. Характерные особенности и пути реализации в практике спорта.
11. Принцип единства постепенности увеличения нагрузок и тенденции к предельным нагрузкам. Характерные особенности и пути реализации в практике спорта.
12. Принцип волнообразности и вариативности нагрузок. Характерные особенности и пути реализации в практике спорта.
13. Принцип цикличности тренировочного процесса. Характерные особенности и пути реализации в практике спорта.
14. Принцип единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности. Характерные особенности и пути реализации в практике спорта.
15. Физическая подготовка – основа спортивного мастерства. Понятие о физической подготовке спортсмена, ее виды и взаимосвязь. Основные задачи и содержание физической подготовки.
16. Значение технической подготовки в отдельных видах, ее виды и основные задачи. Основы методики технической подготовки в процессе тренировок.
17. Тактическая подготовка. Содержание понятий: спортивная тактика, спортивно-тактическое мастерство, тактический замысел, тактический план. Особенности тактики в различных видах спорта. Задачи, содержание и методика тактической подготовки в различных видах спорта.
18. Психологическая подготовка спортсмена, ее содержание, виды и значение. Задачи, средства и методы общей и специальной психологической подготовки. Роль психодиагностики в процессе психологического обеспечения спортивной деятельности.
19. Интеллектуальная (теоретическая) подготовка спортсмена, ее значение и место в тренировке, связь с другими видами подготовки. Содержание, пути и формы интеллектуального образования и воспитания интеллектуальных способностей в процессе подготовки спортсменов.
20. Интегральная подготовка как процесс обеспечения слаженности комплексных проявлений всех сторон подготовленности в соревновательной деятельности. Задачи, средства и методы интегральной подготовки.
21. Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов). Факторы и условия, влияющие на их структуру. Типы микроциклов.
22. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов.
23. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых, полугодовых и многолетних. Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов. Особенности построения тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах большого тренировочного цикла.
24. Спортивная тренировка как многолетний процесс. Стадии и этапы многолетнего

пути спортивного совершенствования. Главные тенденции изменения структуры и содержания тренировки на этих этапах.

25. Планирование, контроль и учет как одно из условий эффективности управления подготовкой спортсменов. Прогнозирование, моделирование в системе управления подготовкой спортсмена. Проблема разработки моделей сильнейших спортсменов в отдельных видах спорта.

26. Спортивная ориентация и отбор юных спортсменов. Понятия «спортивная ориентация» и «спортивный отбор». Место отбора в системе многолетней подготовки. Ступени, задачи ориентации и отбора на различных этапах многолетней подготовки.

27. Тенденции развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы подготовки.

28. Современные концепции построения тренировки сильнейших спортсменов в годичном макроцикле.

3. Темы и задание для выполнения курсовой работы / выполнения курсового проекта

Таблица 18 – Примерный перечень тем для выполнения курсовой работы / выполнения курсового проекта

| № п/п | Примерный перечень тем для выполнения курсовой работы / выполнения курсового проекта |
|-------|--|
| | Учебным планом не предусмотрено |

4. Вопросы для проведения промежуточной аттестации при тестировании (таблица 19)

Таблица 19 – Примерный перечень вопросов для тестов

| № п/п | Примерный перечень вопросов для тестов |
|-------|--|
| | Не предусмотрено |

5. Контрольные и практические задачи / задания по дисциплине (таблица 20)

Таблица 20 – Примерный перечень контрольных и практических задач / заданий

| № п/п | Примерный перечень контрольных и практических задач / заданий |
|-------|---|
| | Не предусмотрено |

10.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и / или опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, содержатся в Положениях «О текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации студентов ГУАП, обучающихся по программам высшего образования» и «О модульно-рейтинговой системе оценки качества учебной работы студентов в ГУАП».

11. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Изучение дисциплины осуществляется по следующим формам: лекции и самостоятельная работа аспиранта.

Важным условием для освоения дисциплины в процессе занятий является ведение конспектов, освоение и осмысление терминологии изучаемой дисциплины. Материалы лекционных занятий следует своевременно подкреплять проработкой соответствующих разделов в учебниках, учебных пособиях, научных статьях и монографиях, в соответствии со списком основной и дополнительной литературы.

В рамках изучения учебных дисциплин необходимо использовать передовые информационные технологии – компьютерную технику, электронные базы данных, Интернет.

Целями самостоятельной работой аспиранта является:

систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений аспирантов; углубление и расширение теоретических знаний;

формирование умения использовать справочную литературу;

формирование самостоятельности мышления, развитие исследовательских умений.

Самостоятельная работа выполняется аспирантом по заданию преподавателя и может содержать в себе следующие задания:

изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции, изучение рекомендуемых литературных источников, конспектирование источников);

подготовка презентаций;

ответы на контрольные вопросы;

написание рефератов;

Необходимым условием формирования компетенций является посещение семинарских, на которых аспирант анализирует и обобщает учебный материал (если есть, то и собственный опыт), представляет результаты самостоятельной работы в виде письменных работ и презентаций, контрольных работ (только при заочной форме обучения), отстаивает свою точку зрения, взаимодействует с другими для решения поставленной учебной задачи (деловая игра) для приобретения умений:

- правильно использовать знания теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры в профессиональной деятельности;

- реализовывать принципы и технологии и инновационные подходы научно-исследовательской деятельности в сфере физической культуры и спорта;

- организовывать и управлять и проектировать физическую культуру и спорт в системе высшего профессионального образования, профессиональной деятельности, активного отдыха и по месту жительства;

- проводить культурно-просветительскую работу по вопросам физической культуры и спорта; и овладения:

- разработкой и реализацией методических моделей, методик, технологий и приемов физкультурного обучения, воспитания, развития и спортивной подготовки в высшей школе и учреждениях физической культуры и спорта различных уровней и типов;

- организацией и проведением научно-исследовательской работы по вопросам физической культуры и спорта в высшей школе;

- проектированием, организацией и управлением физической культурой и спортом в высшей школе, в системе профессиональной деятельности, активного отдыха и по месту жительства.

Методические указания для обучающихся по освоению лекционного материала

Основное назначение лекционного материала – логически стройное, системное, глубокое и ясное изложение учебного материала. Назначение современной лекции в рамках дисциплины не в том, чтобы получить всю информацию по теме, а в освоении фундаментальных проблем дисциплины, методов научного познания, новейших достижений научной мысли. В учебном процессе лекция выполняет методологическую, организационную и информационную функции. Лекция раскрывает понятийный аппарат конкретной области знания, её проблемы, дает цельное представление о дисциплине, показывает взаимосвязь с другими дисциплинами.

Планируемые результаты при освоении обучающимся лекционного материала:

- получение современных, целостных, взаимосвязанных знаний, уровень которых определяется целевой установкой к каждой конкретной теме;
- получение опыта творческой работы совместно с преподавателем;
- развитие профессионально–деловых качеств, любви к предмету и самостоятельного творческого мышления.
- появление необходимого интереса, необходимого для самостоятельной работы;
- получение знаний о современном уровне развития науки и техники и о прогнозе их развития на ближайшие годы;
- научиться методически обрабатывать материал (выделять главные мысли и положения, приходить к конкретным выводам, повторять их в различных формулировках);
- получение точного понимания всех необходимых терминов и понятий.

Лекционный материал может сопровождаться демонстрацией слайдов и использованием раздаточного материала при проведении коротких дискуссий об особенностях применения отдельных тематик по дисциплине.

Методические указания для обучающихся по прохождению самостоятельной работы.

В ходе выполнения самостоятельной работы, обучающийся выполняет работу по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. В процессе выполнения самостоятельной работы, у обучающегося формируется целесообразное планирование рабочего времени, которое позволяет им развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, помогает получить навыки повышения профессионального уровня.

Лист внесения изменений в рабочую программу дисциплины

| Дата внесения изменений и дополнений. Подпись внесшего изменения | Содержание изменений и дополнений | Дата и № протокола заседания кафедры | Подпись зав. кафедрой |
|---|-----------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |