

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

Кафедра № 64

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель программы

д.э.н., проф.

(должность, уч. степень, звание)

К.В. Лосев

(инициалы, фамилия)

(подпись)

«27» 02 2026 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Теория обучения в спортивной тренировке»
(Наименование дисциплины)

Код научной специальности	5.8.5.
Наименование научной специальности	Теория и методика спорта
Наименование направленности (профиля) (при наличии)	
Год начала реализации программы	2026

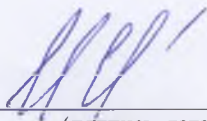
Санкт-Петербург– 2026

Лист согласования

Программу составил (а)

доцент, к.п.н., доцент

(должность, уч. степень, звание)



(подпись, дата)

20.02.2026

И.М. Евдокимов

(инициалы, фамилия)

Программа одобрена на заседании кафедры № 64

« 26 » февраля 2026 г, протокол № 7

Заведующий кафедрой № 64

д.пед.н., проф.

(уч. степень, звание)



(подпись, дата) 26.02.2026

В.М. Башкин

(инициалы, фамилия)

Ответственный за программу 5.8.5.(00)

д.пед.н., проф.

(должность, уч. степень, звание)



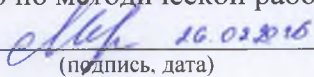
(подпись, дата) 26.02.2026

В.М. Башкин

(инициалы, фамилия)

Заместитель декана факультета №6 по методической работе

(должность, уч. степень, звание)



(подпись, дата)

М.Б. Капелюш

(инициалы, фамилия)

Аннотация

Дисциплина «Теория обучения в спортивной тренировке» входит в состав программы подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре по научной специальности 5.8.5 «Теория и методика спорта». Дисциплина реализуется кафедрой «№ 64».

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. Дисциплина входит в состав программы подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре.

В результате изучения дисциплины аспирант должен:

знать:

- актуальные проблемы физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительно и адаптивной физической культуры;
- существующие в современной науке идеи о перспективных направлениях обучения в области физической культуры и спорта;
- общую структуру организации и проведения обучения в спортивной тренировке;
- основные методики обучения;
- требования к оформлению учебной документации

уметь:

- выявлять противоречия в сфере современной физической культуры и спорта и формулировать с учетом их содержания научные и практические проблемы;
- анализировать, систематизировать и обобщать представленные в научно-методической литературе научные результаты и данные передового педагогического опыта;
- разрабатывать творческие подходы к решению научных проблем; разрабатывать планы, программы и методики обучения;
- творчески использовать методики и технологии при организации и проведении образовательного процесса в сфере современной физической культуры и спорта;
- выделять основные моменты работы и разрабатывать программу обучения;
- составлять календарный план-график учебного процесса

владеть навыками :

- анализа состояния педагогической практики в сфере физической культуры спорта с выявлением присущих ей противоречий;
- формулирования вытекающих из их содержания социально значимых проблем для процесса обучения;
- реферирования учебно-методической литературы в рамках предмета обучения;
- планирования и организации учебно-методического процесса в сфере физической культуры и спорта

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».

Знания, полученные при изучении материала данной дисциплины, имеют как самостоятельное значение, так и могут использоваться при изучении других дисциплин:

3. Объем и трудоемкость дисциплины

Данные об общем объеме дисциплины, трудоемкости отдельных видов учебной работы по дисциплине (и распределение этой трудоемкости по семестрам) представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Объем и трудоемкость дисциплины

Вид учебной работы	Всего	Трудоемкость по семестрам
		№1
1	2	3
<i>Общая трудоемкость дисциплины, ЗЕ/ (час)</i>	1/ 36	1/ 36
<i>Из них часов практической подготовки, (час)</i>		
<i>Аудиторные занятия, всего час.</i>	14	14
в том числе:		
лекции (Л), (час)	14	14
практические/семинарские занятия (ПЗ), (час)		
экзамен, (час)		
<i>Самостоятельная работа, всего (час)</i>	22	22
<i>Вид промежуточной аттестации: зачет, дифф. зачет, экзамен (Зачет, Дифф. зач, Экз. **)</i>	Зачет	Зачет

Примечание: ** кандидатский экзамен

4. Содержание дисциплины

4.1. Распределение трудоемкости дисциплины по разделам и видам занятий.

Разделы, темы дисциплины и их трудоемкость приведены в таблице 3.

Таблица 3 – Разделы, темы дисциплины, их трудоемкость

Разделы, темы дисциплины	Лекции (час)	ПЗ (СЗ) (час)	СРС (час)
Семестр 1			
Раздел 1. Сущность спорта, его социальные функции, формы и условия функционирования в обществе, тенденции развития.	1		1
Раздел 2. Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт спортивной деятельности; факторы, обуславливающие их.	1		1
Раздел 3. Общая характеристика системы спортивных соревнований и соревновательной деятельности спортсменов.	1		2
Раздел 4. Основы спортивной подготовки.	2		3
Раздел 5. Виды подготовки спортсмена, обеспечивающие результативность соревновательной деятельности.	2		4
Раздел 6. Виды подготовки спортсмена, обеспечивающие результативность соревновательной деятельности.	2		4

Раздел 7. Спортивная ориентация и отбор. Научно-методические основы подготовки спортсменов	2		3
Раздел 8. Управление системой совершенствования спортсмена	2		2
Раздел 9. Внетренировочные и внесоревновательные факторы в спорте	1		2
Итого в семестре:	14		22
Итого	14	0	22

Практическая подготовка заключается в непосредственном выполнении обучающимися определенных трудовых функций, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

4.2. Содержание разделов и тем лекционных занятий.

Содержание разделов и тем лекционных занятий приведено в таблице 4.

Таблица 4 – Содержание разделов и тем лекционного цикла

Номер раздела	Название и содержание разделов и тем лекционных занятий
Раздел 1	Сущность спорта, его социальные функции, формы и условия функционирования в обществе, тенденции развития 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.
Раздел 2	Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт спортивной деятельности; факторы, обуславливающие их 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.
Раздел 3	Общая характеристика системы спортивных соревнований и соревновательной деятельности спортсменов 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>	<p>Основы спортивной подготовки 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>
<p>Раздел 5</p>	<p>Виды подготовки спортсмена, обеспечивающие результативность соревновательной деятельности Исходные понятия: Классификация видов подготовки спортсмена. Физическая подготовка, ее виды, содержание, значение. 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. 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>
<p>Раздел 6</p>	<p>Основы структуры тренировочного процесса 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>
<p>Раздел 7</p>	<p>Спортивная ориентация и отбор Научно-методические основы подготовки юных спортсменов 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</p>

	<p>организаций 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>Управление системой совершенствования спортсмена 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>Внетренировочные и внесоревновательные факторы в спорте 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 5.

Таблица 5 – Практические занятия и их трудоемкость

№ п/п	Темы практических занятий	Формы практических занятий	Трудоемкость, (час)	Из них практической подготовки, (час)	№ раздела дисциплины
Учебным планом не предусмотрено					

4.4. 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
Изучение теоретического материала дисциплины (ТО)	11	11
Курсовое проектирование (КП, КР)		
Расчетно-графические задания (РГЗ)		
Выполнение реферата (Р)		
Подготовка к текущему контролю успеваемости (ТКУ)	9	9

Домашнее задание (ДЗ)		
Контрольные работы заочников (КРЗ)		
Подготовка к промежуточной аттестации (ПА)	2	2
Всего:	22	22

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

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся указаны в п.п. 6-11.

6. Перечень печатных и электронных учебных изданий

Перечень печатных и электронных учебных изданий приведен в таблице 7.

Таблица 7– Перечень печатных и электронных учебных изданий

Шифр/ URL адрес	Библиографическая ссылка	Количество экземпляров в библиотеке (кроме электронных экземпляров)
Ч С 17	Самостоятельная физическая подготовка студентов на примере легкой атлетики [Текст] : учебно-методическое пособие / С.-Петерб. 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.-Петерб. 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.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2013.	65
61 Б 37	Бег как основное средство поддержания здоровья [Текст] : методические указания / С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения ; сост.: С. С. Плотникова, А. С. Сидоренко, И. М. Евдокимов. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2013. - 16 с.	61
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.	2

	гор. пед. ун-т. - М. : изд-во Моск. гор. пед. ун-та, 2004. - 143 с.	
378 Т 36	Тестирование и методика оценки физической подготовленности студентов : методические указания / С.-Петербург. 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 Сарат. гос. ун-та им. Н. Г. Чернышевского. - Саратов : Изд-во Сарат. 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 ; Олимп. ком. России. - М. : Сов. спорт, 2003. - 126 с.	4
Ч(ГУАП) Ф50	Физическая культура и ее формирование в процессе высшего профессионального образования [Текст] : учебное пособие / В. Д. Буштрук, Ю. Войнар, В. Ф. Костюченко, Е. Г. Шубин ; С.-Петербург. 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(ГУАП) Ф24	Фарберов, Михаил Борисович. Физическая культура и религия [Текст] : история взаимоотношений / М. Б. Фарберов ; С.-Петербург. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - , науч.-попул. изд. - Документ включает в себя 1 файл, размер(217Кб). - СПб. : Изд-во ГУАП, 2001. - 35 с.	61
Ч(ГУАП) Б94	Буштрук, В. Д. Подготовка спортсмена в многолетнем аспекте [Текст] : Учебное пособие / В. Д. Буштрук, В. Ф. Костюченко, Е. Г. Шубин ; С.-Петербург. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - Документ включает в себя 1 файл, размер: (320 Кб). - 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	2

	: Изд-во КГПУ, 2002. -149 с	
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
621.3 96.6 Ш 95	Шубин, Е. Г. Система организации занятий и планирование круглогодичной подготовки в спортивной радиопеленгации [Текст] : учебное пособие / Е. Г. Шубин ; С.-Петерб. гос. ун-т аэрокосм. приборостроения. - СПб. : Изд-во ГУАП, 2008. - 72 с.	30
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 электронных образовательных ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

Перечень электронных образовательных ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины приведен в таблице 8.

Таблица 8 – Перечень электронных образовательных ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

URL адрес	Наименование
www.guap.ru	Сайт Санкт-Петербургского государственного университета аэрокосмического приборостроения
https://rusacademedu.ru/	Сайт Российской Академии образования
https://vak.gisnauka.ru/	Сайт Высшей аттестационной комиссии при Министерстве образования и науки Российской Федерации

8. Перечень информационных технологий

8.1. Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса по дисциплине.

Перечень используемого программного обеспечения представлен в таблице 9.

Таблица 9 – Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование
	Не предусмотрено

8.2. Перечень информационно-справочных систем, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Перечень используемых информационно-справочных систем представлен в таблице 10.

Таблица 10 – Перечень информационно-справочных систем

№ п/п	Наименование
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://www.studsport.ru	Российский студенческий спортивный союз.
http://news.sportbox.ru	Портал спортивных новостей.

9. Материально-техническая база

Состав материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине, представлен в таблице 11.

Таблица 11 – Состав материально-технической базы

№ п/п	Наименование составной части материально-технической базы	Номер аудитории (при необходимости)
1	Мультимедийная лекционная аудитория	Аудиторный фонд ГУАП
2	Спортивный зал	14-01 Ул. Большая Морская д.67, 13-10 Ул. Ленсовета д.14

10. Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

10.1. Состав оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине приведен в таблице 12.

Таблица 12 – Состав оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Вид промежуточной аттестации	Перечень оценочных средств
Зачет	Список вопросов

10.2. В качестве критериев оценки уровня освоения запланированных результатов обучения по дисциплине обучающимися применяется 5-балльная шкала оценивания, которая приведена в таблице 13. В течение семестра может использоваться 100-балльная шкала модульно-рейтинговой системы Университета, правила использования которой, установлены соответствующим локальным нормативным актом ГУАП.

Таблица 13 – Критерии оценки уровня освоения запланированных результатов обучения по дисциплине

Оценка компетенции	Характеристика уровня освоения запланированных результатов обучения по дисциплины
5-балльная шкала	
«отлично» «зачтено»	– 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;

Оценка компетенции	Характеристика уровня освоения запланированных результатов обучения по дисциплины
5-балльная шкала	
	<ul style="list-style-type: none"> – делает выводы и обобщения; – свободно владеет системой специализированных понятий.
«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.
«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.
«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.

10.3. Типовые контрольные задания или иные материалы.

Вопросы (задачи) для экзамена представлены в таблице 14.

Таблица 14 – Вопросы (задачи) для экзамена

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

Вопросы (задачи) для зачета представлены в таблице 15.

Таблица 15 – Вопросы (задачи) для зачета

№ п/п	Перечень вопросов (задач) 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 тренировки
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 тренировки.
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. Тенденции развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы подготовки.
27.	Современные концепции построения тренировки сильнейших спортсменов в годовом макроцикле.

Вопросы для проведения промежуточной аттестации в виде тестирования представлены в таблице 16.

Таблица 16 – Примерный перечень вопросов для тестов

№ п/п	Учебным планом не предусмотрено

10.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания уровня освоения запланированных результатов обучения по дисциплине, содержатся в локальных нормативных актах ГУАП, регламентирующих порядок и процедуру проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся ГУАП.

11. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

11.1. 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 обучающимися 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.

11.2. Методические указания для обучающихся по участию в семинарах

Основной целью для обучающегося является систематизация и обобщение знаний по изучаемой теме, разделу, формирование умения работать с дополнительными источниками информации, сопоставлять и сравнивать точки зрения, конспектировать прочитанное, высказывать свою точку зрения и т.п. В соответствии с ведущей дидактической целью содержанием семинарских занятий являются узловые, наиболее трудные для понимания и усвоения темы, разделы дисциплины. Спецификой данной формы занятий является совместная работа преподавателя и обучающегося над решением поставленной проблемы, а поиск верного ответа строится на основе чередования индивидуальной и коллективной деятельности.

При подготовке к семинарскому занятию по теме прослушанной лекции необходимо ознакомиться с планом его проведения, с литературой и научными публикациями по теме семинара.

11.3. Методические указания для обучающихся по прохождению практических занятий

Практическое занятие является одной из основных форм организации учебного процесса, заключающаяся в выполнении обучающимися под руководством преподавателя комплекса учебных заданий с целью усвоения научно-теоретических основ учебной дисциплины, приобретения умений и навыков, опыта творческой деятельности.

Целью практического занятия для обучающегося является привитие обучающимся умений и навыков практической деятельности по изучаемой дисциплине.

Планируемые результаты при освоении обучающимся практических занятий:

- закрепление, углубление, расширение и детализация знаний при решении конкретных задач;
- развитие познавательных способностей, самостоятельности мышления, творческой активности;
- овладение новыми методами и методиками изучения конкретной учебной дисциплины;
- выработка способности логического осмысления полученных знаний для выполнения заданий;
- обеспечение рационального сочетания коллективной и индивидуальной форм обучения.

11.4. 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.

Для обучающихся по заочной форме обучения, самостоятельная работа может включать в себя контрольную работу.

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.

Методическими материалами, направляющими самостоятельную работу обучающихся являются:

- учебно-методический материал по дисциплине;
- методические указания по выполнению контрольных работ (для обучающихся по заочной форме обучения).

11.5. Методические указания для обучающихся по прохождению текущего контроля успеваемости.

Текущий контроль успеваемости предусматривает контроль качества знаний обучающихся, осуществляемого в течение семестра с целью оценивания хода освоения дисциплины.

Возможные методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

- устный опрос на занятиях;
- систематическая проверка выполнения индивидуальных заданий;
- тестирование;
- контроль самостоятельных работ (в письменной или устной формах);
- контроль выполнения индивидуального задания на практику;
- иные виды, определяемые преподавателем.

11.6. Методические указания для обучающихся по прохождению промежуточной аттестации.

Промежуточная аттестация обучающихся предусматривает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине. Она включает в себя:

- зачет – это форма оценки знаний, полученных обучающимся в ходе изучения учебной дисциплины в целом или промежуточная (по окончании семестра) оценка знаний обучающимся по отдельным разделам дисциплины с аттестационной оценкой «зачтено» или «не зачтено».

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