Министерство спорта Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Чайковская государственная академия физической культуры и спорта»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Факультет дополнительного образования и повышения квалификации

УТВЕРЖДАЮ
Ректор ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»
_____ Ф.Х. Зекрин
«___» _____2023 г.
М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

Теория и методика спортивной подготовки и физического воспитания обучающихся

квалификация: тренер-преподаватель

Категория слушателей	• лица имеющие среднее профессиональное и/ или высшее образование; • лица получающие среднее профессиональное и/ или высшее образование (последний курс обучения).
Форма обучения	*Очная с применением дистанционных образовательных технологий и ЭО*
Срок освоения программы	*540 академических часов*
Уровень квалификации	*6*
Присваиваемая квалификация	*тренер-преподаватель*
Итоговая аттестация	*защита ИАР*

Разработчики программы:
кафедра: ТиМЛГиБ

Горбунов С.С. зав. кафедрой ТиМЛГиБ, к.п.н., доцент
Мальцева И.С. к.п.н., доцент кафедры АФКиМБД

ППС кафедр

Подписи разработчиков:

Согласовано:
декан ФДОиПК
Мальцева И.С., к.п.н
_____

Проректор по УР
Фендель Т.В., доцент, к.п.н., профессор
_____

Чайковский 2023

СОДЕРЖАНИЕ

1	**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**	3
1.1	Цель реализации программы	3
1.2	Программа разработана на основании	3
1.3	Характеристика новой квалификации: виды профессиональной деятельности, трудовые функции и (или) уровни квалификации	3
1.4	Характеристика компетенций, подлежащих совершенствованию и (или) перечень новых формируемых компетенций	5
1.5	Планируемые результаты обучения	6
2	**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**	12
2.1	Учебный план	12
2.2	Календарный учебный график	13
2.3	Рабочие программы дисциплин (модулей, практик, стажировок) с формой аттестации	13
3	**ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**	101
3.1	Форма итоговой аттестации и оценочные материалы	101
3.2	Методические материалы (при необходимости)	-
4	**ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**	105
4.1	Материально-технические условия	105
4.2	Кадровые условия	105
4.3	Учебно-методическое и информационное обеспечение	105

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Цель реализации программы

Реализация программы профессиональной переподготовки направлена на получение компетенции, необходимой для выполнения нового вида профессиональной деятельности – «*Спортивная подготовка и физическое воспитание детей и взрослых*» и приобретение новой квалификации – *тренер-преподаватель*.

1.2 Программа разработана на основании

1) Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 № 952н "Об утверждении профессионального стандарта "Тренер-преподаватель". (Зарегистрирован 25.01.2021 № 62203).

2) Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 21 апреля 2021 г. N 193 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.03 Спорт»

3) Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 11 ноября 2022 г. N 968 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура».

1.3 Характеристика новой квалификации: виды профессиональной деятельности, трудовые функции и (или) уровни квалификации

Области профессиональной деятельности, в которых слушатели, освоившие дополнительную профессиональную программу профессиональной переподготовки (ДПП ПП), могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука,

05 Физическая культура и спорт.

Слушатель, освоивший ДПП ПП, должен быть готов к выполнению основных **видов деятельности:**

- организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта; организация и проведение физкультурно-спортивной работы; организация и проведение физкультурно-оздоровительных занятий, занятий по виду спорта с населением различных возрастных групп (по выбору).
- преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в области *физической культуры и спорта;*
- преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам.

Трудовые функции и (или) уровни квалификации в соответствии с ПС и ФГОС СПО

Профессиональный стандарт Трудовые функции из ОТФ, код	ФГОС СПО Виды деятельности	ПК
ПС "Тренер-преподаватель"		
ОТФ - Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся		
- Планирование содержания занятий физической культурой и спортом А/01.6 - Проведение занятий физической культурой и спортом А/03.6 - Психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом А/04.6 - Организация участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях А/05.6	1. Преподавание по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта	ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта; ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией; ПК-1.3 Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом ПК-1.4 Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом ПК-1.5 Способен организовать участие в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях ПК-1.6 Способен формировать осознанное отношение к

		физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения ПК-1.7 Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой и спортом ПК-1.8 Способен проводить работы по предотвращению применения допинга в учебно-тренировочном процессе ПК-1.9 Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта
	2. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам	ПК-2.1 Способен планировать содержание занятий физической культурой. ПК-2.3 Способен проводить занятия физической культурой ПК-2.4 Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой; ПК-2.6 Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения ПК-2.7 Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой ПК-2.9 Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся физической культуре по основным общеобразовательным программам
- Обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортомА/07.6 - Проведение работы по предотвращению применения допинга А/08.6 - Осуществление контроля и учета подготовленности с использованием методик измерения и оценки А/09.6 - Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением А/10.6	3.Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта	ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом; ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией; ПК-3.3 Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта; ПК-3.4 Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение учебно-тренировочных занятий избранным видом спорта; ПК-3.5 Способен организовать участие в учебно-тренировочных мероприятиях ПК-3.6 Способен формировать осознанное отношение к спортивной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения. ПК-3.7 Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях спортом ПК-3.8 Способен проводить работы по предотвращению применения допинга в спорте ПК-3.9 Способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки в избранном виде спорта

1.4 Характеристика компетенций, подлежащих совершенствованию и (или) перечень новых формируемых компетенций

Компетенции, подлежащие совершенствованию	Компетенции, подлежащие формированию (новые)
ОК 1. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам ОК 2. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности ОК 3. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения ОК 4. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности	ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта; ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией; ПК-1.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом ПК-1.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом ПК-1.5Способен организовать участие в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях ПК-1.6Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения ПК-1.7Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой и спортом ПК-1.8Способен проводить работы по предотвращению применения допинга ПК-1.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта ПК-2.1. Способен планировать содержание занятий физической культурой. ПК-2.3Способен проводить занятия физической культурой ПК-2.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой; ПК-2.6Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения ПК-2.7Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой ПК-2.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся физической культуре по основным общеобразовательным программам ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом; ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

	ПК-3.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта; ПК-3.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение учебно-тренировочных занятий избранным видом спорта; ПК-3.5Способен организовать участие в учебно-тренировочных мероприятиях ПК-3.6Способен формировать осознанное отношение к спортивной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения. ПК-3.7Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях спортом ПК-3.8Способен проводить работы по предотвращению применения допинга ПК-3.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки в избранном виде спорта

1.5 Планируемые результаты обучения

В результате обучения слушатель приобретет знания, умения и практический опыт, которые будут способствовать формированию новых компетенций (ПК) и (или) совершенствованию имеющихся компетенций (ОК), необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности *«Спортивная подготовка и физическое воспитание детей и взрослых»* и приобретение новой квалификации – *тренер-преподаватель*:

ПК	Трудовые действия	Умения	Знания
ПК-3.1 ПК-2.1	- Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки (ФССП) - Планирование образовательного процесса в предметной области физической культуры, направленного на реализацию основной образовательной программы в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с требованиями федеральных	- Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной программы по спорту - Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта - Обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых.	- Концептуальные положения и требования к организации: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки; образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые ФГОС общего образования; учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки - Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры - Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФССП - Цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые ФГОС общего образования - Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного

ПК-1.1	государственных образовательных стандартов (ФГОС) - Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований (ФГТ), требований ФССП по виду спорта		образования, в том числе определяемые ФГТ и ФССП - Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта - Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; - связь между требованиями ФГОС, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы - Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; - система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с ФГТ и ФССП; - анатомо-морфологические, физиологические, психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта, - методику контроля и оценки антропометрических, физиологических, психологических параметров человека; - правила видов спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией
ПК-1.2 ПК-3.2		- Выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся -Планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта -Реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования	- Организация спортивной ориентации - Содержание спортивной ориентации как процесса - Содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; к установлению ведущих факторов подготовленности к соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов -Цели отбора детей и подростков для занятий избранным видом спорта - Условия проведения отбора - Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности; - Продолжительность отбора - Этапы проведения отбора; - Методики спортивного отбора и ориентации.
ПК-3.3	-Осуществление	- Анализировать и оценивать	Основные нормативные правовые

ПК-2.3 ПК-1.3	тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки - Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями ФГОС -Осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с ФГТ и ФССП	динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на этапа спортивной подготовки, определять уровень мотивации спортсменов -Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации обучающихся - Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов - Применять средства и методы в соответствии с задачами общего образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся -Применять средства и методы в соответствии с задачами дополнительного образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся - Оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс -Оценивать результативность образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в образовательный процесс - Контролировать и корректировать величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся	акты разного уровня -Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности - Возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки - Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии ФГОС - Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом ФГТ и ФССП
ПК-3.4 ПК-2.4 ПК-1.4	Осуществление поддержки и психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения спортсменов, а также проведение анализа деятельности для корректировки сопровождения тренировочного процесса - Обеспечение информационного, технического сопровождения обучающихся с применением психолого-	- Использовать знания об особенностях гендерного развития для планирования работы со спортсменами и обучающимися - Применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания -Оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей - Организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования -Осуществлять подбор и использование инвентаря и оборудования в процессе	- Психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания - Психолого-педагогические основы учебной и тренировочной деятельности в части учета индивидуальных особенностей, обучающихся и спортсменов -Содержание информационного, технического и психолого-методического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта - Характеристика личностных, метапредметных и предметных результатов, обучающихся в контексте обучения в предметной области физической культуры согласно федеральным государственным образовательным стандартам - Методы и приемы контроля,

	педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями - Осуществление психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения обучающихся по дополнительным программам в области физической культуры и спорта, а также анализа деятельности для корректировки программ сопровождения образовательного процесса	спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования	оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса - Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности
ПК-3.5 ПК-1.5	- Обеспечение соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий - Организация индивидуального или в составе команды участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях -Обеспечение безопасности в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях	- Организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования - Пользоваться приборами объективного контроля, техническими средствами и устройствами, средствами измерений, разработанными для оценки различных сторон подготовленности спортсменов, реакций организма на тренировочные и соревновательные нагрузки, эффективности тренировочного процесса, учета адаптационных перестроек функций организма спортсменов	- Санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность - Требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности -Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта -Общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями - Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние
ПК-3.6 ПК-2.6 ПК-1.6	Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих спортивную подготовку, обучающихся по основным образовательным программам и или по дополнительным	- Воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции -Формировать навыки безопасного поведения и культуру безопасности, навыки саморазвития и укрепления здоровья для достижения должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и	- Сущность, закономерности, тенденции и перспективы развития педагогического процесса как фактора и средства воспитания человека на протяжении всей его жизни, технологии его организации, формы и методы совершенствования различных видов деятельности спортсменов и обучающихся, а также стратегий и способов взаимодействия - Социально значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, признаки и

	общеобразовательным программам, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни	методами физической культуры	причины негативного социального поведения -Особенности применения разнообразных средств безопасности, сохранения и укрепления здоровья - Основы культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов и обучающихся
ПК-3.7 ПК-2.7 ПК-1.7		Реализовывать тренировочные программы, и/или образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма	- Нормативные правовые акты, регламентирующие создание условий безопасности для здоровья и жизни, обучающихся при организации и проведении образовательного процесса, спортсменов при организации и проведении тренировочного процесса, а также при организации и проведении спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий - Способы предотвращения возникновения основных причин травматизма - Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом
ПК-3.8 ПК-1.8		Планировать и проводить антидопинговые мероприятия с применением методик проведения работы по предотвращению применения допинга	- Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга, содержание и организация антидопинговых мероприятий - Педагогические, медико-биологические и психологические аспекты проблемы применения допинга в спорте -Основные характеристики допингов различных видов и их воздействие на организм спортсмена; мотивы применения спортсменами допинга -Варианты организации антидопинговой работы с различными группами населения
ПК-3.9 ПК-2.9 ПК-1.9	- Выявление и оценка уровня и качества аналитической (технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной) и интегральной подготовленности спортсменов и фиксация всех обязательных показателей в документах учета, установленных организацией, осуществляющей спортивную подготовку - Выявление и оценка личностных, метапредметных и предметных	- Планировать и проводить мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов - Вести документы учета, соответствующие проводимым мероприятиям контроля и локальным актам организации	- Основные функции и формы контроля подготовленности: годичный, этапный, текущий и оперативный, - их содержание и особенности при организации и проведении тренировочного процесса, а также при организации и проведении спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий - Основные функции и формы контроля результатов освоения основной образовательной программы и дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта -Характеристики нагрузок: специализированность, координационная сложность, направленность, величина и показатели, используемые для контроля нагрузок, в зависимости от вида спорта

	результатов освоения основной образовательной программы, и фиксация всех обязательных показателей в журнале успеваемости, личном журнале учета учителя, журнале учета проведенных мероприятий по физическому воспитанию (или в иных документах учета, установленных организацией, осуществляющей образовательную деятельность) -Выявление и оценка результатов освоения дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта, и фиксация всех обязательных результатов обучения в соответствующих документах учета, установленных организацией, осуществляющей образовательную деятельность		- Объекты контроля и показатели технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной, интегральной сторон подготовленности - Методы контроля, в том числе: сбор мнений спортсменов и обучающихся; анализ рабочей документации тренировочного и образовательного процесса; педагогические наблюдения во время урока, тренировки и соревнований; определение и регистрация показателей, характеризующих деятельность спортсменов и обучающихся в процессе занятий (хронометрирование, пульсометрия, динамометрия, видеозапись); тесты (контрольные испытания) различных сторон подготовленности спортсменов и обучающихся; медико-биологические измерения - Содержание и документы поэтапного, текущего и оперативного учета результатов спортивной подготовки по виду спорта -Содержание и документы учета результатов промежуточной и итоговой аттестации, обучающихся по основной образовательной программе - Содержание и документы промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе в области физической культуры и спорта

Общепрофессиональные компетенции совершенствуются в процессе выполнения самостоятельной работы, подготовки и защиты отчета по практике и итоговой аттестационной работы.

ОК1. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам

ОК2. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК3. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения

ОК4. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1 Учебный план

№	Перечень и последовательность распределения курсов, дисциплин, модулей	Общая трудоемкость, час	Всего аудиторных часов	Аудиторные занятия/ в том числе с применением ДОТ и ЭО, час		Самостоятельная работа, час	Форма аттестации
				Теоретические/ ДОТ и ЭО	Семинарские/Д ОТ и ЭО		
1.	Анатомия человека	32	16	8/8	8/0	16	зачет
2.	Физиология человека	20	10	6/6	4/0	10	зачет
3.	Биохимия человека	12	6	4/4	2/0	6	зачет
4.	Биомеханика двигательной деятельности	16	8	4/4	4/0	8	зачет
5.	Правовые основы профессиональной деятельности	16	8	4/4	4/0	8	зачет
6.	Научно-методическая деятельность	8	4	2/2	2/2	4	-
7.	Возрастная психология	12	6	4/4	2/2	6	зачет
8.	Педагогика физической культуры и спорта	24	12	8/8	4/0	12	зачет
9.	Психология физической культуры и спорта	12	6	4/4	2/0	6	зачет
10.	Теория и методика физической культуры и спорта	28	14	8/8	6/0	14	зачет
11.	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	18	8	4/4	4/4	10	зачет
12.	Физиология спорта	16	8	4/4	4/4	8	зачет
13.	Теория и методика избранного вида спорта	32	16	10/10	6/0	16	зачет
14.	Теория и методика обучения базовым видам спорта	80	40	18/18	22/0	40	экзамен
	14.1 Самбо (самооборона)	8	4	2/2	2/0	4	
	14.2 Гимнастика	16	8	4/4	4/0	8	
	14.3 Легкая атлетика	16	8	4/4	4/0	8	
	14.4 Лыжная подготовка	12	6	2/2	4/0	6	
	14.5 Подвижные игры	12	6	2/2	4/0	6	
	14.6 Спортивные игры (волейбол, баскетбол)	16	8	4/4	4/0	8	
15	Теория и методика детско-юношеского спорта	16	8	4/4	4/0	8	зачет
16	Информационные технологии в ФКиС	8	4	2/2	2/2	4	-
17	Спортивная нутрициология	8	4	2/2	2/2	4	-
18	Спортивная метрология	8	4	2/2	2/2	4	-
19	Врачебно-педагогический контроль в ФК и С	12	6	2/2	4/0	6	зачет
20	Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта	40	18	10/10	8/0	22	экзамен
21	Методика преподавания предмета "Физическая культура" в общеобразовательных организациях	40	18	10/10	8/0	22	экзамен
22	Методика реализации программ дополнительного образования в области ФКиС	40	18	10/10	8/0	22	экзамен

23	Практика	18	18/0	0	18/0	0	зачет
24	Итоговая аттестация	24	6	0	6	18	Защита ИАР
24.1	Подготовка к итоговой аттестационной работе (ИАР)	18	0	0	0	18	
24.2	Итоговая аттестация (ИА)	6	6	0	6	0	
	ИТОГО	**540**	**266**	**130**	**136**	**274**	

2.2 Календарный учебный график

Неделя обучения	*День недели*						
	1	*2*	*3*	*4*	*5*	*6*	*7*
1	*	*	*	*	*	*	
2	*	*	*	*	*	*	
3	*	*	*	*	*	*	
4	*	*	*	*	*	*	
5	*	*	*	*	*	*	
6	*	*	*	*	*	*	
7	*	*	*	*	*	*	
8	*	*	*	*	*	*	
9	*	*	*	*	*	*	
10	*	*	*	*	*	*	
11	*	*	*	*	*	*	
12	*	*	*	*	*	*	
13	*	*	*	*	*	*	
14	*	П (6)	П (6)	П (5)	П (1)		
15	*	*	*	*	*		
16	*	*	*	*	*ИА*		

*	*Аудиторные занятия, занятия с применение ДОТ, самостоятельная работа слушателей*
	Не учебные дни
П (часы)	*Практика*
ИА	*Итоговая аттестация*

2.3 Рабочие программы дисциплин (модулей, практик, стажировок) с формой аттестации

2.3.1 *Рабочая программа дисциплины (модуля) «Анатомия человека»*

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-2.1. Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать

- Анатомо-морфологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта: основные термины и понятия, используемые в анатомии; анатомо-морфологические, особенности взрослых и детей; строение и функции систем органов здорового человека: опорно-двигательной, кровеносной, пищеварительной, дыхательной, покровной, выделительной, половой, эндокринной, нервной, включая центральную нервную систему (ЦНС) с анализаторами

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**16**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		8/8
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		8/8
Самостоятельная работа слушателя		**16**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	32

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема		Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
	Теоретические занятия 1-4:			8
		1	Основные анатомические термины и понятия. Опорно-двигательный аппарат человека. Отделы скелета, возрастные особенности костей. Виды соединений костей. Суставы. Классификация и строение скелетных мышц.	2
		2	Анатомия органов пищеварения. Трубчатые и паренхиматозные органы. ЖКТ и пищеварительные железы. Анатомия органов дыхания. Воздухоносные пути, легкие. Анатомия мочеполового аппарата. Почки, мочевыводящие пути. Топография внутренних органов, их проекция на поверхность тела. Анатомия сердечнососудистой системы. Виды кровеносных сосудов. Сердце. Лимфатическая система.	2
		3	Анатомия нервной системы. Центральная нервная система (спинной и головной мозг). Периферическая нервная система (черепно-мозговые и спинномозговые нервы). Вегетативная нервная система.	2
		4	Анатомия эндокринной системы. Понятие «гормон». Характеристика желез внутренней секреции: положение, выделяемые гормоны, их действие. Сенсорные системы: зрительная, слуховая, вестибулярная, осязательная, мышечно-суставная, обонятельная и вкусовая. Их отделы (периферический, проводниковый и центральный).	2
	Семинарские занятия 1-4			8
		1.	Методика контроля и оценки антропометрических параметров человека. Понятие о конституции человека. Методы определения типа конституции. Антропометрический инструментарий. Правила проведения антропометрического исследования. Состав массы тела. Методика определения жирового, мышечного и костного компонентов массы.	2
	Самостоятельная работа: повторение и закрепление материала практических занятий.			4
		2.	Кости черепа, их соединения. Контрфорсы, их значение в спортивной практике. Позвоночный столб, его отделы. Соединения позвонков, их возрастные изменения. Изгибы позвоночника. Грудная клетка. Кости верхних и нижних конечностей, их соединения. Своды стопы. Движения в суставах конечностей.	2
	Самостоятельная работа: Повторение основных анатомических терминов,			4

	плоскостей тела человека и осей вращения в суставах. Демонстрация движений позвоночника, верхних и нижних конечностей. Пальпация основных скелетных ориентиров, их проекция на поверхность своего тела.			
		3.	Мышцы головы и шеи. Мышцы спины. Мышцы брюшного пресса и груди. Дыхательные мышцы.	
	Самостоятельная работа: повторение движений головы, шеи и туловища. Проекция на поверхность своего тела функциональных групп мышц шеи и туловища. Функции крупных мышц спины и живота при различных видах опоры, при одностороннем и двустороннем напряжении.			4
		4.	Мышцы верхних конечностей, производящие движения плеча, предплечья и кисти. Мышцы нижних конечностей, производящие движения бедра, голени и стопы	2
	Самостоятельная работа: повторение движений конечностей. Проекция на поверхность своего тела функциональных групп мышц конечностей. Функции крупных мышц верхних и нижних конечностей.			4
			Итого:	32

Форма аттестации – зачет.

Оценочные средства:

Перечень вопросов для зачета:

1. Отделы скелета, возрастные особенности костей.
2. Виды соединений костей. Суставы.
3. Кости черепа, их соединения.
4. Скелет туловища.
5. Кости верхних конечностей, их соединения.
6. Кости нижних конечностей, их соединения.
7. Мышцы головы и шеи.
8. Мышцы спины.
9. Мышцы брюшного пресса и груди. Дыхательные мышцы.
10. Мышцы верхних конечностей.
11. Мышцы нижних конечностей.
12. Классификация и строение скелетных мышц.
13. Анатомия органов пищеварения.
14. Анатомия органов дыхания.
15. Анатомия мочеполового аппарата.
16. Анатомия кровеносной системы.
17. Анатомия Лимфатической системы.
18. Центральная нервная система.
19. Периферическая нервная система.
20. Вегетативная нервная система.
21. Анатомия эндокринной системы.
22. Сенсорные системы.
23. Конституция человека, методы её определения.
24. Антропометрический инструментарий. Методика определения компонентов массы тела.

Критерии оценивания ответа на зачете:

Зачет проводится в устной форме и состоит из двух теоретических вопросов.

Критериями оценки качества ответа на каждый вопрос являются:

- раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

- аргументированность собственной позиции слушателя:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

Результаты аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

Зачтено	Не зачтено
4-3 баллов	0-2 балла

Примерные тестовые вопросы для оценки уровня знаний

1. С возрастом доля минеральных веществ в составе кости:
а. увеличивается
б. незначительно уменьшается
в. значительно уменьшается
г. не изменяется

2. Общая функция сводов стопы и изгибов позвоночника в практике физической культуры и спорта:
а. опорная
б. локомоторная
в. амортизационная
г. резервная

3. Место положения печени:
а. в грудной полости справа, над диафрагмой
б. в брюшной полости слева, у задней стенки
в. в брюшной полости справа, за реберной дугой
г. в полости малого таза, за лобковым симфизом

4. Эндокринная железа, которая выделяет инсулин:
а. гипофиз
б. щитовидная
в. надпочечник
г. поджелудочная

5. Участок заднего мозга, регулирующий сложно-координированные движения:
а. мозжечок
б. мост
в. ножки мозга
г. четвертый желудочек мозга

6. Гипертрофия миокарда, происходящая под влиянием длительной физической нагрузки, представляет собой:
а. утолщение мышечного слоя сердечной стенки
б. расширение камер сердца
в. утолщение створок сердечных клапанов
г. увеличение количества эритроцитов в крови

7. Движение бедра в тазобедренном суставе при выполнении маха ногой назад:
а. сгибание относительно поперечной оси вращения
б. отведение относительно сагиттальной оси вращения
в. супинация относительно вертикальной оси вращения
г. разгибание относительно поперечной оси вращения

8. Какая из мышц живота неспособна производить повороты туловища вокруг вертикальной оси:
а. наружная косая мышца живота
б. прямая мышца живота
в. внутренняя косая мышца живота
г. поперечная мышца живота

9. Мышца, разгибающая голень в коленном суставе:
а. икроножная
б. четырехглавая мышца бедра
в. большая ягодичная
г. портняжная

10. Во время бега прекапиллярные сфинктеры в мышцах нижних конечностей:
а. сокращены
б. открыты
в. закрыты
г. находятся в промежуточном положении

11. Тип пропорций, показатели которого приближаются к усредненным:
а. мезоморфный
б. брахиморфный
в. долихоморфный
г. все ответы верны

12. Тип конституции, к которому относится человек с относительно узкими плечами, коротким туловищем и длинными конечностями:
а. брахиморфный
б. мезоморфный
в. долихоморфный
г. все ответы верны

13. Антропометр – это инструмент, который применяется для измерения:
а. обхвата грудной клетки
б. длины тела и его звеньев
в. диаметра таза
г. толщины кожно-жировых складок

14. *Поверхность суставов конечностей, на которой расположены лимфатические узлы:*
а. латеральная
б. медиальная
в. сгибательная
г. разгибательная

15. Направление движения лимфы по сосудам конечностей:
а. от медиального участка к латеральному
б. от латерального участка к медиальному
в. от проксимального участка к дистальному
г. от дистального участка к проксимальному

16. Инструмент для определения толщины кожно-жировых складок:
а. калипер
б. толстотный циркуль
в. динамометр
г. антропометр

17. Функция сердечных клапанов:
а. пропускают кровь в одном направлении
б. выталкивают кровь из сердца
в. уменьшают силу трения крови о стенки сердца
г. обеспечивают кровоток в двух противоположных направлениях

18. Биологически активное вещество, выделяемое в кровь железами внутренней секреции, регулирующее рост и развитие:
а. фермент
б. гормон
в. витамин
г. антитело

19. Состояние человека, в котором симпатический отдел вегетативной нервной системы снижает свою активность:
а. физическая нагрузка
б. испуг
в. сон
г. эмоциональное волнение

20. Ощущение, которое обеспечивает вестибулярный аппарат:
а. положение звеньев тела в пространстве

б. состояние скелетных мышц
в. положение головы в пространстве
г. состояние суставов конечностей

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Иваницкий М.Ф. — Анатомия человека Учебник для высших учебных заведений физической культуры Изд. 7-е. / Под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского. — М.: Олимпия, 2008. — 624 с, ил.

2. Синельников Р.Д. Атлас анатомии человека: учебник для студентов ВУЗов / Р.Д. Синельников, А.Р. Синельников, А.Я. Синельников – М.: Новая волна, 2015. – 383 с.

Дополнительная литература:

1. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник для студ. учреждений высшего образования / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. – 4-е издание, стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 256 с.

2. Горелова Л.В. Анатомия в схемах и таблицах – Ростов н/Д: Феникс 2006 – 573 (среднее профессиональное образование).

3. Дробинская А.О. Анатомия и возрастная физиология: учебник для бакалавров / А.О. Дробинская. –М.: Издательство Юрайт, 2014. – 527 с.

4. Макарова Г.А. Медицинское обеспечение детского и юношеского спорта [Электронный ресурс]: справ. / Г.А. Макарова, Л.А. Никулин, В.А. Шашель. - Электрон.дан. - Москва: Советский спорт, 2009. - 272 с.

2.3.2 Рабочая программа дисциплины «Физиология человека»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-2.1. Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- физиологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта,
- методику контроля и оценки физиологических параметров человека;

Уметь: обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых.

Способен выполнять трудовые действия:

- Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований (ФГТ), требований ФССП по виду спорта

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**10**
Теоретические занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		6/6
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Самостоятельная работа слушателя		**10**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	20

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема		Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
Теоретические занятия 1-3:				6
1	Физиология мышц	*1*	Нервно-мышечный аппарат. Двигательные единицы (ДЕ), функциональные свойства. Мышечные волокна, их типы (медленные и быстрые). Композитный состав мышц. Структура и иннервация мышц. Передача возбуждения в нервно-мышечном синапсе. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Регуляция силы сокращения мышцы. Зависимость функциональных свойств мышцы от состава входящих в неё ДЕ. Влияние состава ДЕ на силовые, скоростные характеристики мышц и выносливость. Включение различных типов ДЕ при разных режимах сокращения мышц. Управление мышечным тонусом, напряжением мышцы, мышцами-антагонистами. Режимы мышечных сокращений. Типы мышечных сокращений.	2
2	Физиология кардио-респираторной системы	*2*	Функциональная организация сердечно-сосудистой системы. Физиология сердца. Функциональные особенности сердечной мышцы. Автоматия и проводящая система сердца. Метаболизм и кровоснабжение сердца. Сердечный цикл. Зависимость частоты сердечных сокращений (ЧСС) от мощности циклической работы, величины и продолжительности статических усилий. Основные физиологические показатели работы сердца, возрастные и половые особенности. Биофизические основы гемодинамики. Артериальное давление (АД) и факторы, его определяющие. Сосудистое сопротивление кровотоку, объемная и линейная скорости кровотока. Движение крови по венам. Механизмы местной, нервной и гуморальной регуляции деятельности различных звеньев сердечно-сосудистой системы. Основные показатели гемодинамики при динамической и статической работе мышц. Перераспределение кровотока при мышечной деятельности. Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательный цикл и его изменения. Легочные объемы и емкости, половые особенности. Транспорт кислорода кровью. Кислородная емкость крови. Потребление кислорода (ПО2). Легочная вентиляция и ее компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у людей различного уровня физической подготовленности. Понятие о газовом гомеостазе организма. Роль коры больших полушарий в регуляции дыхания. Особенности механизмов регуляции дыхания при мышечной работе.	2
3	Физиология нервной системы	*3*	Функциональная организация ЦНС. Моторные функции сегментарных отделов ЦНС. Моторные функции надсегментарных отделов ЦНС. Координация деятельности ЦНС. Рефлекторный механизм деятельности ЦНС. Функции коры больших полушарий головного мозга. Функциональные единицы коры. Функциональные блоки мозга. Биоэлектрическая активность мозга. Электроэнцефалография (ЭЭГ). Лимбические структуры и физиологические основы эмоций.	2

			Виды коркового торможения и его значение	
Семинарские занятия 1-2:				4
1	Методы исследования сердечно-сосудистой системы.	*1*	Проведение тестирования при оценке функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Пробы с дозированными нагрузками. Максимальные тесты. Принципы оценки изменений показателей ССС при проведении проб. Проба Мартине-Кушелевского и основные типы реакции ССС	2
	Самостоятельная работа: Исследовать индивидуальные изменения ЧСС на протяжении суток. Проанализировать изменения ЧСС при переходе из горизонтального положения в вертикальное (ортопроба и клинопроба).			6
2	Методы исследования дыхательной системы.	*2*	Оценка функционального состояния дыхательной системы. Спирометрия. Измерение ЖЕЛ. Пнемотахометрия. Оксигемометрия. Зачет	2
	Самостоятельная работа: Заполнить индивидуальную карту (паспорт функционального состояния) по данным легочных объемов (фактических и должных), частоты дыхания, максимальной вентиляции легких, времени задержки дыхания на вдохе и выдохе. Сопоставить фактические величины дыхательных параметров с должными.			4
			Итого:	20

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства:

Перечень вопросов для зачета:

1. Кровь, ее состав. Плазма и форменные элементы. Гематокрит. Изменение показателей крови при мышечных нагрузках. Перераспределение крови при мышечной работе.
2. Свойства сердечной мышцы: возбудимость, проводимость, сократимость, автоматия сердца.
3. Сердечный цикл и его фазы. Изменение сердечного цикла при мышечной деятельности и под влиянием спортивной тренировки.
4. Частота сердечных сокращений в покое. Методика исследования этого показателя и его изменения при мышечной работе.
5. Артериальное давление и факторы, его определяющие. Методика измерения артериального давления, его изменение при физической нагрузке.
6. Давление крови и скорость кровотока в разных отделах сосудистой системы. Объемная и линейная скорость кровотока. Время кругооборота крови.
7. Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца и просвета сосудов.
8. Минутный объем, частота и глубина дыхания в состоянии покоя. Их изменение при динамической и статической работе.
9. Нервная и гуморальная регуляция дыхания.
10. Общая емкость легких. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) – дыхательный объем, резервные объемы вдоха и выдоха. Изменения ЖЕЛ в процессе тренировки.
11. Основной обмен энергии, методики его определения. Изменение основного обмена в процессе тренировки.
12. Расход энергии в состоянии покоя и при разных видах спортивной и трудовой деятельности.
13. Физиологические механизмы теплообразования и теплоотдачи. Особенности терморегуляции при мышечной деятельности.
14. Нервно-мышечные синапсы. Механизмы проведения возбуждения через синапсы. Особенности проведения нервных импульсов через синапсы (одностороннее проведение, замедление)
15. Механизмы мышечного сокращения. Одиночное и тетаническое сокращение мышечных волокон. Сокращение целой мышцы.
16. Работа мышцы, значение темпа движений и величины поднимаемого груза. Закон средних нагрузок. Коэффициент полезного действия мышц.
17. Изотонический, изометрический и ауксотонический режимы мышечной

активности.

18. Парасимпатический отдел вегетативной нервной системы. Его роль в регуляции деятельности сердца и пищеварительных органов

19. Симпатический отдел вегетативной нервной системы. Его роль в регуляции различных функций органов. Влияние симпатических нервов на работоспособность скелетных мышц.

20. Условные и безусловные рефлексы. Виды условных рефлексов, их значение в спорте. Условные рефлексы второй сигнальной системы у человека.

21. Формирование динамических стереотипов в процессе тренировки. Их роль при занятиях различными видами спорта. Значение типологических особенностей человека при занятиях спортом.

22. Двигательная сенсорная система, ее строение и функции проприорецепторов. Значение двигательной сенсорной системы при занятиях физическими упражнениями.

23. Морфофункциональные особенности женского организма. Изменение работоспособности женщин-спортсменок в различных фазах специфического биологического цикла, их учет при построении тренировочных микро- и мезоциклов.

24. Особенности развития двигательных качеств у детей дошкольного и младшего школьного возраста.

25. Особенности развития опорно-двигательного аппарата, нервной и эндокринной систем у подростков и старших школьников.

Критерии оценивания ответа на зачете:

Зачет проводится в устной форме и состоит из двух теоретических вопросов.

Критериями оценки качества ответа на каждый вопрос являются:

- раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

- аргументированность собственной позиции слушателя:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

Результаты аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

Зачтено	Не зачтено
4-3 балла	2-0 балла

Примерные тестовые вопросы для оценки уровня знаний

Хронотропный эффект на деятельность сердца - это изменение: 1. Проводимости 2. Силы сокращений 3. Частоты сокращений 4. Возбудимости.
Как влияет адреналин на кровеносные сосуды? 1. Суживает коронарные сосуды и расширяет сосуды внутренних органов 2. Суживает сосуды внутренних органов и расширяет коронарные и мозговые сосуды 3. Расширяет капилляры кожи 4. Поддерживает тонус сосудов на постоянном уроне
Пульсовое давление – это: 1. Разница между систолическим и диастолическим давлением 2. Средняя величина между систолическим и диастолическим давлением 3. Давление крови в момент сердечного выброса 4. Давление крови на лучевой артерии в момент сердечного выброса
Утомление мышцы – это … 1. Контрактура 2. Необратимое снижение ее работоспособности, наступающее после работы 3. Временное снижение ее работоспособности, наступающее после работы и исчезающее после отдыха 4. Ухудшение самочувствия

Сокращение мышцы, возникающее при раздражении серией импульсов, в которых интервал между импульсами больше, чем длительность одиночного сокращения, называется ….
1. Гладким тетанусом
2. Зубчатым тетанусом
3. Одиночным сокращением
4. Смешанным тетанусом

В развитии мышечной силы имеют значение ….
1. внутримышечные факторы, особенности нервной регуляции, психофизиологические механизмы
2. функционирование кислородтранспортной системы, морфофункциональные перестройки в сердечно-сосудистой системе
3. способность к управлению двигательным аппаратом и его морфофункциональные особенности;
4. лабильность и подвижность нервных процессов, соотношение мышечных волокон в скелетных мышцах

Брадикардия - это ....
1. Урежение частоты сердечных сокращений
2. Усиление сердечных сокращений
3. Учащение сердечных сокращений
4. Увеличение скорости проведения возбуждения по миокарду

Жизненная емкость легких складывается из:
1. дыхательного объема
2. резервного объема выдоха, дыхательного объема, резервного объема вдоха
3. резервного объема выдоха, дыхательного объема, резервного объема вдоха, остаточного объема
4. дыхательного и остаточного объема

У бегуна перед стартом учащается дыхание за счет формирования рефлекса
1.Ориентировочного
2. Статокинетического
3. Условного
4. Безусловного

Сокращение мышцы, при котором оба ее конца неподвижно закреплены, называется
1. Изотоническим
2. Ауксотоническим
3. Пессимальным
4. Изометрическим

Что является структурной единицей поперечно-полосатых мышц?
1. Мышечное волокно
2. Миофибрилла
3. Мышечная клетка
4. Саркомер

На какие группы подразделяются двигательные единицы?
1. На быстрые и медленные
2. На прямые и непрямые
3. С мотонейронами и без мотонейронов
4. Мощные и слабые

Мотонейрон и иннервируемые им мышечные волокна называются
1.Аксон
2.Нейромион
3.Нейромоторная единица
4.Двигательная единица

Значимость динамического стереотипа заключается в ...
1. В направленном регулировании взаимоотношения личности с окружающим миром
2. В возможности выработки профессиональных навыков, позволяющих выполнять различные действия экономно, быстро, качественно

3. В отработке более совершенного вегетативного обеспечения конкретного вида деятельности 4. Нет правильного ответа
Деятельность второй сигнальной системы проявляется в способности ... 1. Воспринимать слышимые и видимые слова 2. Воспринимать слышимые, произносимые и видимые слова 3. Ассоциировать определенные звуки с определенными впечатлениями о предмете 4. Нет правильного ответа
Высшим отделом ЦНС человека считаются 1. Кора 2. Подкорковые образования 3. Весь головной мозг 4. Кора + подкорковые образования
Цепь безусловных рефлексов, проявляющих большую зависимость от гормональных и метаболических факторов - это 1. Инстинкт 2. Динамический стереотип 3. Рефлекс четвертого и пятого порядка 4. Искусственный рефлекс
Как влияет на величину основного обмена (в расчете на кг массы тела) возраст испытуемого? 1. Не влияет 2. У детей ОО ниже, чем у стариков 3. У стариков ОО выше, чем, чем у лиц среднего возраста 4. У детей ОО выше, у стариков - ниже, чем у лиц среднего возраста
Где находятся депо углеводов? 1.В селезенке 2. В печени и мышцах 3. В подкожной жировой клетчатке 4. В организме человека нет депо углеводов
Может ли перенапряжение возбудительного процесса приводить к развитию невроза? 1. Да 2. Нет 3. Только у человека 4. Только у животных

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник для студ. учреждений высшего образования / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. – 4-е издание, стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 256 с.

2. Дробинская А.О. Анатомия и возрастная физиология: учебник для бакалавров / А.О. Дробинская. –М.: Издательство Юрайт, 2014. – 527 с.

Дополнительная литература:

1. Баранов А.А. Физическое развитие детей и подростков на рубеже тысячелетий / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Н.А. Скоблина – М.: Издатель Научный центр здоровья детей РАМН,2008. – 216 с.

2. Макарова Г.А. Медицинское обеспечение детского и юношеского спорта [Электронный ресурс]: справ. / Г.А. Макарова, Л.А. Никулин, В.А. Шашель. - Электрон.дан. - Москва: Советский спорт, 2009. - 272 с. - Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/4100. - Режим доступа: http://lronman.ru/docs/sport med.pdf.

2.3.3 Рабочая программа дисциплины «Биохимия человека»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-2.1. Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- анатомо-морфологические и физиологические особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта: зависимость состояния от обмена веществ в организме, источника энергии, режима работы мышц.

- методику контроля и оценки антропометрических и физиологических параметров человека;

Уметь:

- планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной программы по спорту в зависимости от вида деятельности, вида спорта и состояния занимающихся.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**6**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/2
Самостоятельная работа слушателя		**6**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	12

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема		Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
Теоретические занятия 1-2:				4
1	Химический состав организма человека. Общие закономерности обмена веществ в организме человека. Биоэнергетика.	*1*	Химические элементы, молекулы и ионы, входящие в состав организма человека, их содержание и функции. Уровни структурной организации химических соединений живых организмов. Понятие об обмене веществ организма с внешней средой. Обмен веществ и энергии - основа всех биологических функций. Ассимиляция и диссимиляция, анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь. Амфиболические превращения. Понятие о функциональном и пластическом обмене, обмене с внешней средой и промежуточном обмене. Источники энергии организма человека, их характеристика. Биологическое окисление основной путь освобождения энергии в живых организмах. Понятие об аэробном и анаэробном окислении. Аэробное окисление как многоступенчатый процесс. Дыхательная цепь. Общие представления о химическом составе и строении ферментов биологического окисления. Кислород как акцептор электронов и протонов.	2
2	Биоэнергетика мышечной деятельности	*2*	Относительное постоянство концентрации АТФ – необходимое условие сократительной деятельности мышц. Понятие об аэробных и анаэробных путях ресинтеза АТФ при мышечной работе. Количественные характеристики	2

			биоэнергетических процессов: мощность, емкость, скорость развертывания, эффективность. Ресинтез АТФ в креатинфосфокиназной реакции, кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции в процессе мышечной работы. Роль креатинфосфокиназной реакции в энергетическом обеспечении мышечной работы. Ресинтез креатинфосфата. Участие креатинфосфата в обеспечении внутриклеточного транспорта энергии. Ресинтез АТФ в процессе гликолиза. Кинетические характеристики и особенности регуляции гликолиза при работе. Роль гликолиза в энергетическом обеспечении мышечной работы. Молочная кислота, особенности ее влияния на обменные процессы при работе. Пути устранения молочной кислоты при работе в период восстановления. Роль в ресинтезе АТФ процессов анаэробного образования янтарной кислоты и альтернативных путей распада углеводов: глицерофосфатного шунта и образования аланина. Миокиназная реакция, ее роль в поддержании постоянства концентрации АТФ и регуляции активности ферментов энергетического обмена. Ресинтез АТФ в процессе окислительного фосфорилирования. Кинетические характеристики и механизмы регуляции скорости этой реакции при работе. Факторы, влияющие на степень сопряжения окисления с фосфорилированием при работе.	
Семинарское занятие 1				2
1	Биохимические изменения в организме при мышечной деятельности и различной патологии. Биохимические механизмы утомления. Биохимические закономерности восстановления нарушенных функций. Биохимические закономерности адаптации к мышечной работе и при патологии. Биохимические основы двигательных качеств спортсмена.	*1*	Понятие о срочных, отставленных и кумулятивных биохимических изменениях, их взаимосвязь. Характер энергетического обеспечения работы как главный фактор, определяющий направленность срочных биохимических изменений. Зависимость характера и глубины срочных биохимических изменений от особенностей мышечной работы: мощности и продолжительности упражнений, продолжительности интервалов отдыха, режима деятельности мышц, количества участвующих в работе мышц. Биохимические изменения в работающих мышцах, крови, других органах и тканях. Направленность биохимических превращений в период восстановления на восполнение затраченных за работу веществ и устранение накопленных промежуточных и конечных продуктов метаболизма. Гетерохронность восстановления. Использование жиров в качестве основного источника энергии в период восстановления. Кислородный долг. Биохимические механизмы его образования и оплаты. Анаболическая фаза обмена веществ. Явление суперкомпенсации.	2
	Самостоятельная работа: Подготовить ответы на вопросы по материалам лекции к семинарскому занятию, законспектировав ответы в тетради. *1. Какие изменения происходят в обмене веществ при мышечной деятельности?* *2. Какова скорость расходования АТФ при напряженной мышечной работе?* *3. Что обозначают понятия: мощность, емкость, скорость развертывания и*			6

	эффективность процессов ресинтеза АТФ? *4. Каковы мощность, емкость и скорость развертывания креатинфосфокиназной реакции и какие биохимические факторы их определяют?* *5. Креатинфосфатная реакция. Ее роль в энергетическом обеспечении мышечной работы.* *6. Каковы мощность, емкость и скорость развертывания и эффективность гликолиза, какие биохимические факторы их определяют?* *7. Гликолиз. Его роль в энергетическом обеспечении мышечной работы.* *8. В чем заключается сущность миокиназной реакции и какова ее роль в энергетическом обеспечении мышечной работы?* *9. Каковы максимальная мощность, емкость, скорость развертывания и эффективность аэробного ресинтеза АТФ и какие биохимические факторы их определяют?* *10. Какова роль аэробного пути ресинтеза АТФ в энергетическом обеспечении мышечной работы?* *11. Дать характеристику энергетического обеспечения упражнений, специфических для избранного вами вида физкультурно-спортивной деятельности.*	
	Итого:	12

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства: задания для самостоятельной работы

Критерии оценивания ответа на зачете:

Зачет проводится на семинарском занятии в устной форме. Слушатели делятся на команды по 4 чел. Каждая команда достает один вопрос из базы заданий самостоятельной работы, обсуждает его в команде в течение 5 мин и представляет свой вариант ответа (в порядке очереди).

Критериями оценки качества ответа на вопрос являются:

1) раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

2) аргументированность собственной позиции докладчика:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

3) конспекты самостоятельной работы:

у всех слушателей – 2 балла частично – 1 балл отсутствуют – 0 баллов

Результаты аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

Зачтено	*Не зачтено*
6-4 балла	0-3 балла

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Биохимия человека. Том 1. Р.Марри Д.Греннер П. Мейес В. Родуэлл В 2-х томах Перевод с английского канд. физ.-мат. наук В. В. Борисова и Е. В. Дайниченко под редакцией д-ра хим. наук Л. М. Гинодмана МОСКВА «МИР», 1993

2. Биохимия человека. Том 2. Авторы: Р. Марри, Д. Греннер, П. Мейес, В. Родуэлл. Перевод с английского М.Д. Гроздовой, Р.Б. Капнер, А.Л. Остермана, А.С. Серпинской и Л.Г. Тер-Саркисян под редакцией Л.М. Гинодмана и В.И. Кандрора. Москва: Издательство «Мир». Редакция литературы по биологии, 1993

2.3.4 Рабочая программа дисциплины «Биомеханика двигательной деятельности»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-2.1. Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека;
- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;
- биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;
- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств.

Уметь:

- оценивать эффективность статических положений и движений человека;
- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;
- выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;
- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом.

Иметь практический опыт по:

- биомеханическому анализу статических положений и движений человека.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**8**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Практические занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Самостоятельная работа слушателя		**8**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	16

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/ Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы		Всего часов
1		*Всего часов по теме*		8
		Теоретическое занятие:		2
		1	Биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека. Биомеханика статических положений и различных видов движений человека. Анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств.	2
		Семинарское занятие		2
		1	Способы оценки эффективности статических положений и движений человека при выполнении физических упражнений. Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	2
		Самостоятельная работа:		4
		Описать в тетради и обосновать влияние статических положений на развитие физических качеств и способностей (силы и двигательно-координационных способностей). Подготовка к зачету		4
2		*Всего часов по теме*		8
		Теоретическое занятие:		2
		2	Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью.	2
		Семинарское занятие:		2
		2	Определение зависимости между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности. Зачет.	1 1

		Самостоятельная работа:	4
		Описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом на примере избранного вида спорта. Подготовка к зачету	4
			Итого: 16

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства промежуточной аттестации

*Вопросы/ задание к **зачету:***

1. Предмет биомеханики двигательных действий.
2. Задачи (общие и частные) биомеханики двигательных действий.
3. Содержание биомеханики: теория и методы.
4. Биомеханические методы изучения движений.
5. Связь биомеханики с другими науками, раскрыть содержание связей.
6. Состав системы опорно-двигательного аппарата человека (ОДА).
7. Основные функции двигательной системы: источник энергии, механизм передачи усилий, система управления.
8. Биокинематические пары и цепи: степени свободы и связи двигательной системы тела человека.
9. Кривая Хила при уступающем и преодолевающем режиме мышечной работы.
10. Виды и режимы работы мышц.
11. Внешние и внутренние силы в движениях человека6 сила тяжести и момент силы тяжести звеньев и тела.
12. Механическая работа и энергия при движении человека.
13. Экономизация энергии живой системы при использовании сил упругости тканей в спортивных движениях, привести примеры.
14. Силы инерции и силы трения; их роль в спортивной практике.
15. Кинематические характеристики поступательного движения.
16. Кинематические характеристики вращательного движения.
17. Динамические характеристики поступательного движения.
18. Динамические характеристики вращательного движения.
19. Фазовый состав циклического локомоторного движения. Темп и ритм ходьбы и бега.
20. Центр масс тела, способы определения.
21. Условия равновесия звеньев тела человека.
22. Характеристика механической устойчивости тела в различных позах: углы устойчивости, коэффициент устойчивости. Момент устойчивости.
23. Механизм уравновешивания звена в суставе. Звенья тела как рычаги и маятники.
24. Коррекция техники: обратные связи в практике физкультурно-спортивной работы.

Результаты:

Зачет проводится на семинарском занятии в устной форме. Слушатели делятся на команды по 4-5 чел. Каждая команда достает один вопрос из базы вопросов для подготовки к зачету, обсуждает его в команде в течение 5 мин и представляет свой вариант ответа (в порядке очереди).

Критериями оценки качества ответа на вопрос являются:

1) раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

2) аргументированность собственной позиции докладчика:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

3) конспекты самостоятельной работы:

у всех слушателей – 2 балла частично – 1 балл отсутствуют – 0 баллов

Результаты аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

Зачтено	*Не зачтено*
6-4 балла	3-0 балла

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Кичайкина Н.Б., Косьмин И.В. Закономерности формирования и совершенствования систем движений: учебное пособие [Электронный ресурс]. – для обучающихся по направлению 49.04.01 ФК. – СПб, 2017. – 107 с.

2. Кичайкина Н.Б., Самсонова А.В. Биомеханика двигательных действий: учебное пособие [Электронный ресурс]. - 2-е изд., доп. – СПб : б.и., 2018. – 210 с.

Дополнительная литература:

1. Кичайкина, Н.Б. Технические аспекты биомеханики двигательных действий с позиции системного подхода и моделирования: учебное пособие [Электронный ресурс]. – для обучающихся по направлению 49.04.01 ФК. – СПб, 2017. – 97 с.

2. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования /Г.И. Попов, А.В. Самсонова.– М.: Издательский центр «Академия», 2014 – 320 с.

3. Ципин, Л.Л., Барникова, И.Э. Биомеханика упражнений специальной направленности в избранном виде спорта: учебное пособие [Электронный ресурс]. - СПб, 2016. – 67с.

2.3.5 Рабочая программа дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-1.8 Способен проводить работы по предотвращению применения допинга в учебно-тренировочном процессе

ПК-3.8 Способен проводить работы по предотвращению применения допинга в спорте

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта, нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга, содержание и организация антидопинговых мероприятий

Уметь:

- Планировать и проводить антидопинговые мероприятия с применением методик проведения работы по предотвращению применения допинга

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**8**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Практические занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Самостоятельная работа слушателя		**8**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	16

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы		Всего часов
1	Система законодательства о физической культуре и	*Теоретические занятия 1-2:*		4
		1	Система законодательства о физической культуре и спорте. Конституция Российской Федерации как юридический фундамент действующего законодательства. Положения	2

	спорте		Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как важнейший регулятор общественных отношений в области физической культуры и спорта Федеральный закон ФЗ-329 от 04.12.2007 «О физической культуре и спорте в Российской федерации». Система источников регулирующих физкультурно-спортивную деятельность.	
		2	Физическая культура и спорт в системе образования. Понятие, виды образовательных программ, реализуемых в области физической культуры и спорта. Положения Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 01.03.2020) "Об образовании в Российской Федерации".	2
		Семинарские занятия 1-2:		
		1	Основные направления государственной политики в области ФКиС в РФ. Компетенция органов государственной власти РФ в области ФКиС. Государственный контроль в сфере ФКиС.	2
		Самостоятельная работа: Составление таблицы «Виды норм спортивного права», на основании текста ФЗ-329 от 04.12.2007 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Зачет.		4
		2	Общие положения об антидопинговой политике в современном спорте. Принципы борьбы с допингом в спорте. Государственная политика в сфере противодействия применению допинговых средств и методов.	2
		Самостоятельная работа:		4
		Анализ нормативного материала по вопросу «Международные правила и стандарты, регламентирующие антидопинговую работу». Подготовка к зачету: законспектировать ответы на вопросы, представленные в рабочей программе дисциплины, к зачету.		
			Итого:	16

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства аттестации

Вопросы/ задание к зачету

1. Спортивное право в системе гуманитарных наук о физической культуре и спорте.
2. Роль и место законодательства о физкультуре и спорте в правовом поле России.
3. Конституционные положения о физической культуре и спорте. Проблемы совершенствования законодательства о ФКиС.
4. Структура и основное содержание ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
5. Правовой статус субъектов физической культуры и спорта в Российской Федерации.
6. Понятие, виды образовательных программ, реализуемых в области физической культуры и спорта.
7. Понятие допинга в спорте. Общие положения об антидопинговой политике в современном спорте.
8. Юридическая ответственность работников ФКиС.
9. Понятие и общая характеристика правовых основ защиты государственной тайны. Нормативно-правовые акты в сфере защиты информации.
10. Понятие и признаки коррупции. Виды коррупционных деяний. Противодействие коррупции: понятие, значение, направления деятельности. Правовая основа противодействия коррупции.

Зачет проводится на семинарском занятии в устной форме. Слушатели делятся на команды по 4-5 чел. Каждая команда достает один вопрос из базы вопросов для подготовки к зачету, обсуждает его в команде в течение 5 мин и представляет свой вариант ответа (в

порядке очереди).

Критериями оценки качества ответа на вопрос являются:

1) раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

2) аргументированность собственной позиции докладчика:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

3) конспекты самостоятельной работы:

у всех слушателей – 2 балла частично – 1 балл отсутствуют – 0 баллов

Результаты аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

Зачтено	*Не зачтено*
6-4 балла	0-3 балла

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Алексеев, С. В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник – Москва : Советский спорт, 2013. – 517 с. – 8 экз.

2. Алексеев, С. В. Спортивное право России : учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям «Юриспруденция» и «Физическая культура и спорт» / С. В. Алексеев ; под редакцией П. В. Крашенинникова. – 3-е изд. – Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. – 1055 с. – URL: https://www.iprbookshop.ru/81563.html.

Дополнительная литература:

1. Актуальные проблемы права : учебное пособие / составители М. Ю. Осипов. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2021. – 446 с. –URL: https://www.iprbookshop.ru/101514.html.

2. Правовое обеспечение профессиональной деятельности : учебное пособие / под ред. Капустина А. Я. – Москва : Юрайт, 2013. – 382 с.

3. Юнусова, А. Н. Правоведение : учебное пособие / А. Н. Юнусова. – Саратов : Вузовское образование, 2022. – 118 с. –URL: https://www.iprbookshop.ru/120564.html.

2.3.6 Рабочая программа дисциплины «Научно-методическая деятельность»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.9 Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта

ПК-2.9 Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся физической культуре по основным общеобразовательным программам

ПК-3.9 Способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки в избранном виде спорта

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- методы получения и первичной обработки данных о подготовленности обучающихся,
- назначение и область применения основных методов контроля и учета подготовленности занимающихся ФК и спортом,
- способы обработки результатов исследования и анализа полученных данных о подготовленности занимающихся.

Уметь:

- классифицировать методологические подходы, средства и методы контроля и учета подготовленности, занимающихся в ФК и спорте,
- подбирать и использовать методы контроля и учета подготовленности занимающихся в ФК и спорте,
- использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики,
- анализировать и интерпретировать полученные данные контроля и учета подготовленности занимающихся в ФК и спорте

Иметь практический опыт по:

- осуществлению контроля подготовленности с использованием методик измерения и

оценки,

- осуществлению учета подготовленности с использованием методик измерения и оценки.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**4**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/2
Практические занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/2
Самостоятельная работа слушателя		**4**
Форма аттестации		-
Общая трудоемкость	часы	8

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы		Всего часов
1		*Теоретическое занятие 1:*		2
		1	Теоретические и практические методы исследования: общая характеристика и классификация. Методы контроля и учета подготовленности занимающихся в ФК и спорте. Метод экспертных оценок. Метод педагогического наблюдения. Метод педагогического тестирования. Метод контрольных испытаний. Методы оценки различных сторон подготовленности обучающихся: физической, технической, тактической, психологической, теоретической.	2
		Семинарское занятие 1:		2
		1	Методы обработки результатов исследования. Описательная статистика. Методы проверки статистических гипотез. Параметрические и непараметрические критерии. Алгоритм выбора статистического критерия. Зачет	2
		Самостоятельная работа:		4
		Сформулировать результаты педагогического тестирования в двух группах испытуемых (по 13 человек) в начале и конце года, произвести расчёт W-критерия Вилкоксона как для связанных, так и несвязанных выборок. Подготовка к зачету: законспектировать ответы на вопросы, представленные в рабочей программе дисциплины, к зачету.		
			Итого:	8

Форма аттестации – не предполагается.

Текущий контроль проводится на семинарском занятии в виде беседы по научным методам исследования: теоретическим и эмпирическим, на примере итоговых работ слушателей.

Результаты беседы: понимает и ориентируется в решении ситуационных задач по написанию итоговой аттестационной работы.

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Губа В.П. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований: учебно-методическое пособие / Губа В.П., Пресняков В.В. – М.: Человек, 2015.- 288 с. (элект. ресур. ЭБС «IPRbooks»).

2. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник. – М: Академия, 2013.

Дополнительная литература:

1. Зиамбетов В.Ю. Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры: учебно-методическое пособие / Зиамбетов В.Ю., Матявина С.И.,

Холодова Г.Б. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2015.- 104 с. (элект. ресур. ЭБС «IPRbooks»).

3. Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник. – М.: Советский спорт, 2013. - 280 с.

2.3.7 Рабочая программа дисциплины «Возрастная психология»

Дисциплина направлена на формирование профессиональных компетенций:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-2.1. Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом;

ПК-1.2./3.2 Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта,
- методику контроля и оценки психологических параметров человека;
- организацию спортивной ориентации;
- содержание спортивной ориентации как процесса;
- содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта;
- возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
- возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии ФГОС.

Уметь:

- осуществлять тренировочный процесс в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки;
- осуществлять образовательный процесс в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями ФГОС
-осуществлять образовательный процесс в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с ФГТ и ФССП

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**6**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/2
Самостоятельная работа слушателя		**6**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	12

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
		Теоретические занятия 1-2:	4
		1 Предмет возрастной психологии. Теоретические и	2

1.			практические задачи возрастной психологии. Понятие о возрастной периодизации психического развития.	
		2	Развитие ребенка в младшем, подростковом, старшем школьном возрасте. Развитие человека в зрелом возрасте	2
		Семинарское занятие 1:		2
		1	Проблемы периодизации жизни человека. Возрастные кризисы и их влияние на развитие человека. Зачет.	2
		Самостоятельная работа: Чтение теоретического материала, написание эссе на тему: «Мои возрастные особенности, объективные и субъективные факторы детерминации». Подготовка к зачету: законспектировать ответы на вопросы, представленные в рабочей программе дисциплины, к зачету.		6
			Итого:	12

Форма аттестации – зачет.

Оценочные средства

Вопросы/ задания к зачету:

1) Что изучает возрастная психология?

2) Какие разделы выделяются в структуре возрастной психологии?

3) Какова связь возрастной психологии с практикой занятий физической культурой, спортом, ИВС?

4) Что общего и различного в понятиях: рост, формирование, развитие?

5) Каковы характеристики основных методов возрастной психологии?

6) Каковы характеристики вспомогательных методов возрастной психологии?

7) Какова сущность понятий «возраст» и «возрастная периодизация»?

8) Каковы принципы построения возрастной периодизации, выдвинутые Выготским Л.С.?

9) Какова роль возрастных кризисов в психическом развитии?

10) Какова роль ведущего вида деятельности в психическом развитии ребенка?

Зачет проводится на семинарском занятии в устной форме. Слушатели делятся на команды по 4-5 чел. Каждая команда достает один вопрос из базы вопросов для подготовки к зачету, обсуждает его в команде в течение 5 мин и представляет свой вариант ответа (в порядке очереди).

Критериями оценки качества ответа на вопрос являются:

1) раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

2) аргументированность собственной позиции докладчика:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

3) конспекты самостоятельной работы:

у всех слушателей – 2 балла частично – 1 балл отсутствуют – 0 баллов

Результаты аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

Зачтено	*Не зачтено*
6-4 балла	*0-3 балла*

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология : учебное пособие для студентов вузов / Г.С. Абрамова. - Москва : Академический проект, 2000 - 624 с.

Дополнительная литература:

1. Возрастная психология : учеб. пособие для студ. ВПО / под ред. Т.Д. Марцинковской. - Москва : Академия, 2011 - 336 с.

2. Гайнутдинов, И.К. Психология : учебное пособие / И.К. Гайнутдинов. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2008 - 348 с.

2.3.8 Рабочая программа дисциплины «Педагогика физической культуры и спорта»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-1.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом

ПК-2.1. Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-2.3Способен проводить занятия физической культуройПК-3 Способен проводить занятия физической культурой и спортом.

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом;

ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-3.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФССП

- Цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые ФГОС общего образования

- Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые ФГТ и ФССП.

- Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора;

- связь между требованиями ФГОС, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы

- Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора;

- система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с ФГТ и ФССП;

- Методики спортивного отбора и ориентации.

-Возрастные характеристики спортсменов и специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки.

-Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в предметной области физической культуры в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии ФГОС.

-Возрастные характеристики обучающихся и специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом ФГТ и ФССП.

Уметь:

- Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта.

- Обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых.

- Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов.

- Применять средства и методы в соответствии с задачами общего образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся.

-Применять средства и методы в соответствии с задачами дополнительного образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**12**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		8/8
Практические занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Самостоятельная работа слушателя		**12**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	24

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы		Всего часов
1		*Теоретические занятия 1-4:*		8
		1	Понятие воспитательная система специалиста по адаптивной физической культуре. Системообразующий и системоформирующий факторы системы. Элементы воспитательной системы и решаемые задачи. Подходы к формированию воспитательных систем.	2
		2	Спортивный коллектив как среда и фактор формирования личности при занятиях физической культурой. Социально-психологические феномены учебно-тренировочной группы. Сплоченность группы. Факторы, влияющие на сплоченность. Конформность. Факторы внешние и внутренние, влияющие на конформность. Лидерство.	2
		3	Содержания воспитания как формирование базовой культуры личности. Направления формирования базовой культуры личности в процессе занятий адаптивной физической культурой: культура жизненного самоопределения, нравственная культура личности, эстетическая культура личности, культура межнациональных отношений личности и патриотизма, физическая культура личности.	2
		4	Воспитательные возможности урока физической культуры, учебно-тренировочного занятия. Особенности урока физической культуры как фактор воспитания. Специфические особенности урока (УТЗ). Формирование коммуникативной компетентности на уроке физической культуры. Соревнования как средство решения воспитательных задач. Первичные и вторичные функции соревнований. Специфические особенности соревнований. Механизм формирования личностных качеств в процессе участия в соревнованиях.	2
		Семинарские занятия1-2		4
		1	Элементы воспитательной системы и решаемые задачи. Подходы к формированию воспитательных систем. Анализ воспитательных систем спортивно школ Разработка плана воспитательных мероприятий для спортсменов на первое полугодие.	2
		Самостоятельная работа: Составить план мероприятий по формированию сплоченности спортсменов на первое полугодие.		*6*
		2	Специфические особенности урока физической культуры. Содержание принципов взаимодействия участников учебного процесса на уроке физической культуры. Механизм формирования коммуникативной компетентности на уроке	2

			физической культуры. Первичные и вторичные функции соревнований. Специфические особенности соревнования, через которые реализуются его воспитательные возможности. Механизм формирования личностных качеств в процессе участия в соревновательной деятельности. Зачет.	
			Самостоятельная работа: Подготовить сообщение «Воспитательные возможности соревнований и учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта» Подготовка к зачету: законспектировать ответы на вопросы, представленные в рабочей программе дисциплины, к зачету.	6
				Итого: 24

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства.

Вопросы/ задание к зачету:

1. Содержание педагогического процесса в сфере физической культуры.
2. Содержание воспитания в едином педагогическом процессе в сфере физической культуры.
3. Формирование культуры жизненного самоопределения в процессе занятий физической культурой.
4. Формирование нравственной культуры личности в процессе занятий физической культурой.
5. Формирование культуры межнациональных отношений и патриотизма в процессе занятий физической культурой.
6. Игровой и соревновательные методы и их обучающие и воспитывающие механизмы.
7. Использование активных методов обучения в физкультурно-спортивной деятельности.
8. Воспитательная система спортивного педагога. Основные подходы и ее элементы
9. Динамика развития спортивной группы.
10. Социально-психологические феномены спортивной группы.
11. Соревнования как средство решения воспитательных задач.
12. Воспитательные возможности урока физической культуры, учебно-тренировочного занятия.
13. Педагогическое общение как фактор и его особенности в процессе занятий физической культурой.

Зачет проводится на семинарском занятии в устной форме. Слушатели делятся на команды по 5 чел. Каждая команда достает один вопрос из базы вопросов для подготовки к зачету, обсуждает его в команде в течение 5 мин и представляет свой вариант ответа (в порядке очереди).

Критериями оценки качества ответа на вопрос являются:

1) раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

2) аргументированность собственной позиции докладчика:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

3) конспекты самостоятельной работы:

у всех слушателей – 2 балла частично – 1 балл отсутствуют – 0 баллов

Результаты аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

Зачтено	*Не зачтено*
6-4 балла	*3-0 балла*

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Педагогика физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. – Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2019. – 125 с.

Дополнительная литература:

1. Мухамитянов, Ф. Д. Педагогика физической культуры : учебное пособие / Ф. Д. Мухамитянов. – Чайковский: ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2022. – 126 с.

2. Педагогика физической культуры : учебник / под ред. С. Д. Неверкович. – Москва : Академия, 2014. – 368 с.

2.3.9 Рабочая программа дисциплины «Психология физической культуры и спорта»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.6Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения

ПК-2.6Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения

ПК-3.6Способен формировать осознанное отношение к спортивной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать: мотивационно-ценностные установки на ведение здорового образа жизни; социально значимые личностные качества

Уметь: применять формы, стратегий и методы взаимодействия и совершенствования различных видов деятельности спортсменов и обучающихся**.**

Способен выполнять трудовые действия: обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих спортивную подготовку, обучающихся по основным образовательным программам и или по дополнительным общеобразовательным программам, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**6**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Практические занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/0
Самостоятельная работа слушателя		**6**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	12

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел /Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы		Всего часов
1		*Теоретические занятия 1-2:*		4
		1	Психогигиена и психопрофилактика в спорте: Понятия «психогигиена», «психогигиена спорта». Характеристика методов психогигиены спорта. Применение методов спортивной психогигиены спортсменом. Психопрофилактика неблагоприятных психических состояний спортсмена. Психогигиена и психофармакология.	2
		2	Мотивация спортивной деятельности: Понятия «мотив», «мотивация», «потребностно-мотивационная сфера». Классификация мотивов спортивной деятельности (Стамбуловой Н.Б.). Динамика мотивов в спортивной деятельности.	2

			Особенности мотивации на различных этапах достижения спортивного мастерства.	
		Семинарское занятие 1:		2
		1	Психические процессы и состояния в спорте: Характеристика эмоциональных состояний спортсмена. Особенности волевой сферы спортсмена. Психические перенапряжения в тренировочном процессе. Признаки психического перенапряжения в тренировочном процессе. Предсоревновательное и соревновательное психическое напряжение, его динамика и причины. Локус контроля в спорте. Зачет	2
		Самостоятельная работа: Подобрать 3-4 психодиагностических методик, позволяющих оценить личностные особенности спортсмена. Используя подобранные методики провести психодиагностическое исследование, представить результаты на семинарском занятии. Выполнить тест-опросник А. Мехрабиана (ТМД), адаптированный М.Ш. Магомед-Эминовым на диагностику мотива стремления к успеху и мотива избегания неудачи. Составить рекомендации тренеру по работе со спортсменом, имеющим низкий показатель мотивации достижения.		*6*
			Итого:	24

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства.

Вопросы/ задание к зачету:

1. Понятие «спортивная психодиагностика». Задачи спортивной психодиагностики.
2. Характеристика методов психогигиены спорта.
3. Применение методов спортивной психогигиены спортсменом.
4. Психопрофилактика неблагоприятных психических состояний спортсмена.
5. Понятия «мотив», «мотивация», «потребностно-мотивационная сфера».
6. Классификация мотивов спортивной деятельности (Стамбуловой Н.Б.).
7. Динамика мотивов в спортивной деятельности.
8. Особенности мотивации на различных этапах достижения спортивного мастерства.
9. Психология подготовки и готовности спортсменов к соревнованиям.
10. Характеристика эмоциональных состояний спортсмена.
11. Особенности волевой сферы спортсмена.
12. Психические перенапряжения в тренировочном процессе. Признаки психического перенапряжения в тренировочном процессе.
13. Предсоревновательное и соревновательное психическое напряжение, его динамика и причины.
14. Локус контроля в спорте.

Зачет проводится на семинарском занятии в устной форме. Слушатели делятся на команды по 4-5 чел. Участники команды готовятся в течение 10 мин к представлению доклада по материалу самостоятельной работы. Все участники команды представляют часть своего доклада. Общее время доклада на команду – 5 мин.

Критериями оценки качества ответа:

1) Подобраны и представлены 3-4 психодиагностические методики:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

2) Представлены результаты личного или авторского психодиагностического исследования с применение данных методик (методики):

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

3) Проведен тест-опрос одного из участников команды по опроснику А. Мехрабиана (ТМД) или адаптированному М.Ш. Магомед-Эминовым, результаты проанализированы и представлены:

В полном объеме – 2 балла частично – 1 балл отсутствуют – 0 баллов

4) Составлены 1-2 рекомендации тренеру по работе со спортсменом, на основе результатов диагностики

В полном объеме – 2 балла частично – 1 балл отсутствуют – 0 баллов

Результаты аттестации оцениваются исходя из следующего количества

полученных баллов:

Зачтено	*Не зачтено*
8-5 баллов	0-4 балла

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта: учебное пособие. - М.: Советский спорт, 2012.

2. Загайнов Р.М. Психология современного спорта высших достижений. Записки практического психолога спорта: учебное пособие. - М.: Советский спорт, 2012.

Дополнительная литература:

1. Ловягина А.Е. Психическое состояние спортсмена: история и перспективы исследования // Спортивный психолог, - 2011. № 3. - С. 5.

2. Ложкин Г.В. Развитие представлений о психологическом климате спортивной команды // Спортивный психолог, - 2012. № 2. - С. 16.

3. Попов А.Л. Спортивная психология: учебное пособие. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 1999.

4. Психология спорта: хрестоматия / Сост.-ред. А.Е. Тарас. – М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007.

2.3.10 Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта»

Дисциплина направлена на формирование новых профессиональных компетенций:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-1.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом

ПК-2.1. Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-2.3Способен проводить занятия физической культурой

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом;

ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-3.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- цели и задачи образовательного процесса в предметной области физической культуры, определяемые ФГОС общего образования

-особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры

- формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта.

Уметь:

- реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования

Иметь практический опыт по:

- осуществлению тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки.

- осуществлению образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями ФГОС.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**14**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		8/8
Практические занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		6/0
Самостоятельная работа слушателя		**14**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	28

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема		Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
1.1	*Теоретическое занятие1-4:*			8
	Теория и методика физической культуры как научная и учебная дисциплина	1	Предмет теории и методики физической культуры; источники и этапы развития теории физического воспитания; основные понятия теории и методики ФКиС, методы научного исследования, используемые в физическом воспитании, ФК и С	2
	Средства физического воспитания	*2*	Общая характеристика средств физического воспитания; физическое упражнение – как основное и специфическое средство физического воспитания; техника физических упражнений. Основы и элементы техники, их взаимообусловленность; классификация физических упражнений; условия, определяющие воздействие упражнений; естественные силы природы и гигиенические условия как средство	2
	Методы физического воспитания	*3*	Типологическая характеристика методов, структурная основа выполнения физического упражнения (нагрузка, интервалы отдыха); специфические методы физического воспитания общепедагогические и другие методы, используемые в практике физического воспитания.	2
	Спортивный отбор. Основные параметры и сущность спортивного отбора	*4*	Спортивный отбор. Основные параметры и сущность спортивного отбора: - спортивный отбор. Общая характеристика видов и сущность спортивного отбора. - критерии спортивного отбора. - морфологические и функциональные критерии. - показатели: морфологические, физиологические, биохимические	2
	Семинарские занятия1-3:			6
	Силовые и скоростные способности	*1*	Основы развития силовых и скоростных способностей: - классификация и характеристика скоростных способностей. Факторы, обуславливающие развитие скоростных способностей. Сенситивные периоды развития скоростных способностей. Методика развития скоростных способностей. Критерии и способы оценки скоростных способностей. - классификация и характеристика силовых способностей. Факторы, обуславливающие развитие силовых способностей. Сенситивные периоды развития силовых способностей. Методика развития силовых способностей. Критерии и способы оценки силовых способностей. Зачет по теме – контрольная работа.	2

		Самостоятельная работа: Разработать методику развития скоростных (силовых) способностей для ИВС	4
	Выносливость	*2* Основы развития выносливости: - классификация и характеристика выносливости. - факторы, обуславливающие развитие общей и специальной выносливости. - сенситивные периоды развития выносливости. - методика развития общей и специальной выносливости. - критерии и способы оценки выносливости. Зачет по теме – контрольная работа.	2
		Самостоятельная работа: Разработать методику развития выносливости для ИВС	5
	Двигательно-координационные способности	*3* Основы развития двигательно-координационных способностей: - классификация и характеристика двигательно-координационных способностей. - факторы проявления двигательно-координационных способностей (ДКС). - сенситивные периоды развития ДКС Зачет по теме и самостоятельной работе – контрольная работа.	2
		Самостоятельная работа: изучить тему «Основы развития гибкости»: *-сущность и показатели гибкости.* *-факторы проявления показателей гибкости.* *-сенситивные периоды развития гибкости*	5
		Итого:	28

Форма аттестации – зачет

Вопросы/ задания к зачету

1. Основные понятия теории и методики физической культуры и спорта: физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическое развитие, физическая подготовленность, физическая подготовка и др.

2. Понятие о планировании в физической культуре: назначение, методические требования (конкретность, преемственность, перспективность, реальность, целенаправленность, доступность и простота), виды, методическая последовательность и документы планирования.

3. Особенности оперативного, текущего и этапного контроля. Экспресс-тестирование на уроке физической культуры школьников. Приведите пример контрольных упражнений для оценки физической подготовленности обучающихся.

4. Самоконтроль в физическом и спортивном воспитании. Объективные и субъективные показатели состояния занимающихся. Дневник самоконтроля. Методика проведения пульсометрии на уроках физической культуры. Анализ полученных данных

5. Характеристика методов обучения в физическом воспитании. Методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, методы словесного воздействия, средства и методы обеспечения наглядности. Требования к методам.

6. Средства формирования физической культуры личности (специфические и неспецифические). Физическое упражнение как основное средство формирования физической культуры личности; их классификационная характеристика (по анатомическому признаку; по признаку структуры движений; по интенсивности нагрузок; по их назначению для специализированного процесса физического воспитания.

7. Силовые способности: понятие; виды; критерии измерения; факторы, определяющие уровень развития; средства и методы развития. Физиологические основы мышечной силы: максимальная сила мышц, ее зависимость от периферических и центрально-нервных (координационных) факторов; силовой дефицит. Приведите пример из 3-4 упражнений направленных на развитие собственно силовых способностей.

8. Скоростные способности: понятие; виды; критерии измерения; факторы, определяющие уровень развития; средства и методы развития. Формы проявления быстроты: быстрота двигательной реакции, скорость одиночного движения, частота движений, физиологические основы их проявления.

9. Координационные способности: понятие; формы проявления; критерии измерения; факторы, определяющие уровень развития; средства и методы развития. Разработайте методику совершенствования двигательно-координационных способностей (согласно вашей специализации).

10. Выносливость: понятие; виды (статическая и динамическая; локальная и глобальная; общая (аэробная) и специальная); критерии измерения; факторы, определяющие уровень развития; средства и методы развития. Физиологические основы различных видов выносливости. Составьте комплекс упражнений направленных на развитее специальной выносливости.

11. Гибкость: понятие; виды; критерии измерения; факторы, определяющие уровень развития; средства и методы развития. Возрастные изменения гибкости. Связь гибкости с мышечной массой. Приведите пример упражнений направленных на совершенствование данного качества.

12. Методы спортивной тренировки: равномерный, повторный, интервальный, круговой, игровой, соревновательный; особенности их применения в избранном виде спорта.

13. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спортивной тренировки. Пороговые тренирующие нагрузки, их связь с принципами индивидуализации и постепенности. Понятие об объеме и интенсивности нагрузки. Роль и типы интервалов отдыха.

14. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники, фазы движения); педагогическая оценка техники. Приведите пример техники одного упражнения.

15. Спортивный отбор. Общая характеристика видов и сущность спортивного отбора. Критерии спортивного отбора (морфологические и функциональные критерии. Показатели: морфологические, физиологические, биохимические.

Критерии оценки письменной работы и зачета:

В конце семинарского занятия всем слушателям предлагают выполнить контрольную работу по изучаемой теме (один вариант для всех). За выполнение контрольной работы по теме занятия выставляется бинарная оценка: «Зачтено» или «не зачтено». Оценка «Зачтено» выставляется, если слушатель правильно выполнит 3 и более заданий из пяти.

Всего по дисциплине предполагается три контрольные работы. Если слушатель имеет зачет по все контрольным работам, то ему ставится зачет, как освоившему все темы дисциплины.

Пример письменной работы по теме «Выносливость»:

1. Выносливость: понятие
2. Виды выносливости.
3. Средства развития выносливости (перечислить)
4. Методы развития выносливости (перечислить)
5. Напишите упражнение для развития силовой выносливости и дозировку для выполнения.

Критерии оценки письменной работы (ПР) или ситуационной задачи (СЗ):

1) Понятие представлено в полном объеме по смыслу и содержанию: Да/нет – 1/0 балл
2) Классификация представлена в полном объеме: Да/нет – 1/0 балл
3) Основные средства представлены: Да/нет – 1/0 балл
4) Представлено 4-5 методов развития физич. качеств и способностей: Да/нет – 1/0 балл
5) Упражнение подобрано в соответствии с заданием, дозировка соответствует развитию способности (качеству): Да/нет – 1/0 балл.

Критерии оценки зачета:

Результаты ПР/СЗ	**«Зачтено»**	**«Не зачтено»**
ПР/СЗ №1	3-5 баллов	2-0 баллов
ПР/СЗ №2	3-5 баллов	2-0 баллов
ПР/СЗ №3	3-5 баллов	2-0 баллов

Итоговая оценка	9-15 баллов	6-0 баллов

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: учебник М.: Академия, 2014.

Дополнительная литература:

1. Булыкина Л.В. Сенситивные периоды развития детей. Определение спортивного таланта [Электронный ресурс]: монография/ Булыкина Л.В., Ачкасов Е.Е., Безуглов Э.Н.— Электрон. текстовые данные. — Москва: Издательство «Спорт», 2021. — 176 с.

2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля/ Матвеев Л.П.— Москва: Издательство «Спорт», 2021.— 520 с.

3. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов/ Платонов В.Н.— Москва: Издательство «Спорт», 2019.— 656 с.

2.3.11 Рабочая программа дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.6 Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения

ПК-2.6 Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения

ПК-3.6 Способен формировать осознанное отношение к спортивной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность

Уметь:

- организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования

Иметь практический опыт по:

- обеспечению соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий;

– организации индивидуального или в составе команды участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях;

– обеспечение безопасности в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями	**8**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения	4/4
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных	4/4

образовательных технологий и электронного обучения		
Самостоятельная работа слушателя		**10**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	18

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема		Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
	Теоретические занятия 1-2:			7
1.	Водная лекция	1	Гигиена - основа профилактики. Определение и содержание дисциплины. Единство организма человека с окружающей средой. Цель и задачи гигиены. Формы внедрения в практику гигиенических рекомендаций (нормы, правила, государственные нормы и правила). Методы гигиенических исследований (метод санитарного описания, физические методы, химические методы, токсикологические, санитарно-статистические и др.).	2
2.	Гигиена воздушной среды	2	Воздух и окружающая среда. Роль атмосферного воздуха в жизни человека. Физические показатели состояния воздушной среды. Химический состав атмосферного воздуха. Химические показатели качества воздушной среды. Микробное загрязнение воздушной среды	2
	Семинарские занятия1-2			4
3.	Гигиена воздушной среды	*1*	Физические показатели состояния воздушной среды. Химический состав атмосферного воздуха. Химические показатели качества воздушной среды. Микробное загрязнение воздушной среды. Механические примеси.	2
			Самостоятельная работа: Повторение пройденного материала: лекция «Вводная лекция», лекция «Гигиена воздушной среды». *Самостоятельная работа по теме «Гигиена водной среды»* *Вода как фактор внешней среды, Происхождение воды на Земле. Значение воды в жизнедеятельности человека. Нормирование качества питьевой воды. Физические показатели качества питьевой воды. Химические показатели качества питьевой воды. Виды источников водоснабжения. Самоочищение воды. Выбор источников водоснабжения. Методы очистки воды и обеззараживания воды в промышленных и полевых условиях.*	5
4.	Физические и химические показатели качества питьевой воды и почвы	2	Нормирование качества питьевой воды. Физические показатели качества питьевой воды. Химические показатели качества питьевой воды. Виды источников водоснабжения. Самоочищение воды. Выбор источников водоснабжения. Методы очистки воды и обеззараживания воды в промышленных и полевых условиях. Зачет	2
			Самостоятельная работа: Самостоятельное изучение темы «Гигиенические требования к спортивным сооружениям». *Гигиенические требования к выбору места, экологическим условиям и ориентации зданий спортивных сооружений. Гигиенические требования к строительным материалам. Гигиенические требования к планировке спортивных сооружений. Гигиенические требования к освещению спортивных сооружений. Гигиеническая характеристика естественного и искусственного освещения. Единицы освещенности. Приборы и методы определения освещенности.*	5

		Нормы освещенности спортивных сооружений. Гигиенические требования к инвентарю и оборудованию. Повторение пройденного материала. Подготовка к зачёту.	
			Итого: 18

Форма аттестации – зачет

Зачет проставляется по текущему контролю на занятиях по следующим критериям:

Критерии оценки	*Бинарная оценка*		*«Зачтено»*	*«Не зачтено»*
1. Присутствие на всех занятиях по дисциплине	*да/нет*	*1/0*	1	0
2. Активное участие на семинарских занятиях (участие в диалоге, ответы на вопросы, демонстрация задания)			1	0
3. Выполнение самостоятельной работы			1	0
4. Осознанная работа над заданиями, проводит анализ и обобщение материала			1	0
5. Имеет конспекты по темам занятий			1	0
		Итого:	5	0
		Результат освоения	3-5 балла	0-2 балла

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Мангушева, Н. А. Гигиена физического воспитания и спорта : учебно-методическое пособие / Н. А. Мангушева. — Ульяновск : УлГПУ им. И.Н. Ульянова, 2017. — 46 с.

2. Маргазин, В. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник / В. А. Маргазин ; под редакцией В. А. Маргазина [и др.]. — 2-е изд. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. - 255 с.

Дополнительная литература:

1. Гигиена физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составитель С. Ю. Махов. — Орел : МАБИВ, 2020. — 84 с.

2. Коваль В.И., Родионова Т.А. Гигиена физического воспитания и спорта: учеб. пособие. - М: Академия, 2010.

3. Лаптев А.П. и др. Лекции по общей и спортивной гигиене: уч. пос. – М: Физическая культура, 2006.

2.3.12 Рабочая программа дисциплины «Физиология спорта»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта

ПК-2.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся физической культуре по основным общеобразовательным программам

ПК-3.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки в избранном виде спорта.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- Методы контроля, в том числе педагогические наблюдения во время урока, тренировки и соревнований; определение и регистрация показателей, характеризующих деятельность спортсменов и обучающихся в процессе занятий (хронометрирование, пульсометрия, динамометрия, видеозапись); тесты (контрольные испытания) различных сторон подготовленности спортсменов и обучающихся; медико-биологические измерения.

Уметь:

- Планировать и проводить мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов.

Иметь практический опыт по:

- Выявлению и оценке уровня и качества аналитической (технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной) и интегральной подготовленности спортсменов и фиксация всех обязательных показателей в документах учета, установленных

организацией, осуществляющей спортивную подготовку.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**8**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Самостоятельная работа слушателя		**8**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	16

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема		Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
	Теоретические занятия 1-2:			4
1	Физиологические основы развития тренированности	1	Физиологическая характеристика тренировки и состояния тренированности. Принципы спортивной тренировки. Тренированность. Спортивная форма. Тестирование функциональной подготовленности спортсменов в покое. Тестирование функциональной подготовленности при стандартных и предельных нагрузках.	2
2	Физиологические методы контроля функциональной подготовленности спортсменов	2	Виды контроля: оперативный, текущий, этапный. Физиологические методы контроля состояния организма. Контроль за срочным и отставленным тренировочным эффектом (средства оперативного и текущего контроля). Контроль за кумулятивным тренировочным эффектом (средства отставленного контроля). Врачебно-педагогические наблюдения за занимающимися спортом	2
	Семинарские занятия 1-2			4
3	Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	*1*	Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений и видов спорта Классификация спортивных упражнений по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энерготрат, сложности координации, объему занятых в движении мышц. Физиологическая характеристика стандартных циклических и стандартных ациклических движений. Физиологическая характеристика нестандартных движений.	2
			Самостоятельная работа: Составить таблицу «Физиологическая характеристика избранного вида спорта»	4
4	Физическая работоспособность спортсмена	*2*	Понятие о физической работоспособности. Методы тестирования физической работоспособности. Определение общей физической работоспособности с помощью теста PWC_{170}, Гарвардского степ-теста, теста Новакки. Связь МПК с физической работоспособностью. Методы определения МПК. Определение физической работоспособности по показателям аэробных возможностей организма. Определение анаэробных возможностей организма. Wingate-тест. Тензоплатформа	2

		Самостоятельная работа: Подобрать методики для оценки общей и специальной физической работоспособности в ИВС	4
		Итого:	16

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства:

Зачет проставляется по текущему контролю на занятиях по следующим критериям:

Критерии оценки	*Бинарная оценка*		*«Зачтено»*	*«Не зачтено»*
1. Присутствие на всех занятиях по дисциплине	*да/нет*	*1/0*	1	0
2 Активное участие на семинарских занятиях (участие в диалоге, ответы на вопросы, демонстрация задания)			1	0
3. Выполнение самостоятельной работы			1	0
4. Осознанная работа над заданиями, проводит анализ и обобщение материала			1	0
5. Имеет конспекты по темам занятий			1	0
Итого:			5	0
Результат освоения			3-5 балла	0-2 балла

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 10-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 624 с.

Дополнительная литература:

1. Замчий Т. П. Физиология физкультурно-спортивной деятельности: учебное пособие / Т. П. Замчий. — Омск : СибГУФК, 2018. — 144 с.

2. Чинкин, А.С. Физиология спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Чинкин А.С., Назаренко А.С. – Электрон. текстовые данные. – М.: Спорт, 2016. – 120 с.

2.3.13 Рабочая программа дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-1.3 Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом

ПК-2.1 Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-2.3 Способен проводить занятия физической культурой

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом;

ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-3.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта;

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры

- формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

Уметь:

- реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования

Иметь практический опыт по:

- осуществлению тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**16**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		10/10
Практические занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		6/0
Самостоятельная работа слушателя		**16**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	32

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы		Всего часов
	Теоретические занятия 1-5:			10
1	Спортивная тренировка в ИВС	1	Средства и методы спортивной тренировки. Принципы спортивной тренировки	2
2	Техническая, тактическая подготовка в ИВС	*2*	Виды, задачи, средства и методы технической подготовки спортсмена. Методы и методические приемы технической подготовки	2
3	Физическая подготовка в ИВС	*3*	Виды, задачи и средства физической подготовки. Общая и специальная физическая подготовка	2
4	Спортивный отбор и спортивная ориентация	*4*	Основные понятия проблемы спортивного отбора, их взаимосвязь и сущностные характеристики. Структура спортивного отбора: этапы, целевые установки, содержание. Организация и методы спортивного отбора	2
5	Организация и проведение соревнований в ИВС	*5*	Основные понятия и общие положения организации проведения соревнований. Системы розыгрыша в игровых видах спорта	2
	*Семинарские занятия **1-3***			6
6		*1*	Особенности спортивной подготовки В ИВС	2
		Самостоятельная работа: Составить план-конспект учебно-тренировочного занятия в ИВС. Подготовка к зачету		5
7		*2*	Организация и проведение соревнований в ИВС. Особенности проведения соревнований. Виды систем розыгрыша	2
		Самостоятельная работа: Написать положение о соревнованиях по ИВС. Подготовка к зачету		5
8		*3*	*Зачет: решение кейс-заданий*	2
		Самостоятельная работа: Расписать систему розыгрыша для игрового вида спорта. Подготовка к зачету		6
			Итого:	32

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства:

Вопросы/ задание к зачету:

1. Средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта.
2. Средства и методы технической подготовки в избранном виде спорта.
3. Требования к технике безопасности на тренировочных занятиях и соревнованиях по избранному виду спорта.
4. Образовательная, воспитательная и оздоровительная направленность тренировочных занятий по ИВС
5. Система нормативов и методов контроля физической подготовленности в

избранном виде спорта.

6. Правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения.

7. Состав, права и обязанности судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей.

8. Основная документация по проведению соревнований в ИВС.

9. Требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования в ИВС.

10. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию для проведения соревнований по ИВС.

11. Структура обучения как этапность обучения отдельному двигательному действию. Характеристика связи формирования двигательного навыка и этапов обучения. Первый этап - создание представления: задачи, средства, методы. Второй этап - разучивание: задачи, средства, методы. Ошибки, причины их возникновения, меры предупреждения и приемы исправления. Освоение двигательного действия на уровне умения. Третий этап - закрепление и совершенствование: задачи, средства, методы.

12. Методы спортивной тренировки: равномерный, повторный, интервальный, круговой, игровой, соревновательный; особенности их применения в избранном виде спорта.

13. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спортивной тренировки. Пороговые тренирующие нагрузки, их связь с принципами индивидуализации и постепенности. Понятие об объеме и интенсивности нагрузки. Роль и типы интервалов отдыха.

14. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники, фазы движения); педагогическая оценка техники. Приведите пример техники одного упражнения в избранном виде спорта.

15. Спортивный отбор. Общая характеристика видов и сущность спортивного отбора.

Результаты:

Зачет проводится в виде решения кейсов. Слушатели делятся на подгруппы по 3-4 чел. Им выдается кейс-задание. На решение отводится 20 мин. После этого, каждая подгруппа представляет свой вариант (варианты) его решения. После представления кейса – идет обсуждение в группе в течение 10 мин. Заполняется бланк-шаблон «Шкала оценки» и подводятся итоги.

Примеры кейсов:

Кейс № 1

Описание. У спортсменки Светланы Ф. все упражнения хорошо получаются под наблюдением тренера-преподавателя, но стоит лишь ему отойти, как девочка делает ошибки в технике их выполнения. Над воспитанием каких качеств стоит поработать Свете? Как тренер-преподаватель может ей в этом помочь?

Варианты решения. Светлана отличается несамостоятельностью, поэтому тренеру-преподавателю следует сформировать у девочки адекватную самооценку и навыки самоконтроля. Для этого сначала тренеру необходимо давать конкретные рекомендации по самоконтролю и самооценке небольших фрагментов спортивной деятельности девочки, потом эти фрагменты нужно увеличивать по времени и усложнять, доводя их до целого упражнения/комплекса/вида деятельности.

Кейс № 2

Описание. Александр Н. постоянно ходит на тренировки в мятой спортивной форме. Когда тренер обратил на это внимание родителей Саши, то они сказали, что доверяют сыну, воспитывая, таким образом, самостоятельность и ответственность. Назовите качество личности, недостаточность развития которого у Саши демонстрирует эта ситуация. Каким образом тренер может развить у ребенка это качество? И должен ли тренер за этим следить?

Варианты решения. У Саши недостаточно развита аккуратность. Это качество может быть сформировано на тренировках через группу сопряженных качеств, таких как точность, пунктуальность, ответственность, внимательность. Все эти качества формируются при выполнении технически сложных упражнений или упражнений, требующих высокого уровня концентрации внимания. Тренер также должен научить мальчика аккуратно складывать форму, и авторитет самого тренера в данном случае оказывает свое положительное воздействие на

обучающегося с учетом его возрастных особенностей. Этот прием следует сопроводить беседой на тему: «В спорте мелочей не бывает». Тренер воспитывает у обучающихся культуру поведения, которая позволит в будущем, добиваться более высоких результатов, даже если не в спорте, то в жизни.

Кейс № 3

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. Обучающийся 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 тренера-преподавателя?

Варианты решения. При работе в мини–группах обсуждают правила игры. Если обучающиеся будут четко следовать указаниям тренера во время игры, то в дальнейшем такие ситуации могут не повториться. Судья должен донести до игроков, что в эту игру они только учатся играть, поэтому могут быть трудности, недопонимание друг друга. Чтобы этого избежать, нужно внимательно слушать и следовать правилам игры и спокойно реагировать на ошибки других участников.

Шкала оценивания

№	Предмет оценивания	Бинарная оценка	Критерии оценки
1	Мини-группа быстро решает организационные вопросы и включается в работу. Организационные действия четкие и быстрые. Действуют слаженно и тихо.	Да/нет	1/0
2	Командир группы своевременно подает команды к началу и окончанию этапов решения кейс-задания	Да/нет	1/0
3	Представление вариантов решения кейс-ситуации	Да/нет	1/0
4	Полнота решения кейс-задания	Да/нет	1/0
5	Демонстрируют доказательность и убедительность	Да/нет	1/0
6	Форма изложения материала (свободная; своими словами; отмечена грамотность устной или письменной речи)	Да/нет	1/0
7	Культура речи, жестов, мимики при устной презентации.	Да/нет	1/0
8	Полнота и всесторонность выводов	Да/нет	1/0
9	Наличие собственных взглядов на проблему	Да/нет	1/0
10	Участвуют в обсуждении других кейсов	Да/нет	1/0
	Итого	**10 баллов**	

Критерии оценки. По результатам зачета выставляется бинарная оценка «зачтено» или «не зачтено».

«Зачтено»	*«Не зачтено»*
Выполнено правильно 60% задания и более	Выполнено правильно 59 % задания и менее
6 и более баллов	5 и менее баллов

После выполнения задания разбираются ошибки и анализируются все варианты и возможности, которые могли привести к повышению эффективности действий.

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля/ Матвеев Л.П.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2021.— 520 с.

Дополнительная литература:

1. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов/ Платонов В.Н.- Москва: Издательство «Спорт», 2019.- 656 с.

2. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1986.

3. Организация урока физической культуры в основной общеобразовательной школе : учебное пособие/ О.В. Морозова [и др.]. Астрахань: Астраханский государственный

университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2020.- 89 с.

4. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк и др.; Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Академия, 2002.

2.3.14 Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом

ПК-2.3Способен проводить занятия физической культурой

ПК-3.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности

Уметь:

- Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов

- Применять средства и методы в соответствии с задачами общего образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся

- Применять средства и методы в соответствии с задачами дополнительного образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся.

Иметь практический опыт по:

- Осуществлению тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки;

- Осуществлению образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями ФГОС;

- Осуществлению образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с ФГТ и ФССП.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**40**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		18/18
Практические занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		22/0
Самостоятельная работа слушателя		**40**
Форма аттестации		экзамен
Общая трудоемкость	часы	80

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема		Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
Раздел 14.1 «Самбо (самооборона)»				**8**
	Теоретическое занятие 1:			2
1	Судейская коллегия и ее состав.	1	Обязанности судей (главный судья, секретарь, руководитель ковра, арбитр, боковой судья, секундометрист, технический секретарь, информатор, комментатор, врач соревнований). Правила судейства. Содержание борьбы, положения борцов.	2

			Броски, болевые приемы, удержания, болевые приемы на ноги. Начало и конец схватки. Ход и продолжительность схватки. Количество схваток. Результат и оценка схватки (чистая победа, победа по баллам и с небольшим преимуществом). Снятие и дисквалификация. Победа с минимальным преимуществом.	
	Семинарское занятие 1			2
	Характер и способы проведения соревнований	*1*	Участники соревнований. Возрастные группы участников. Допуск участников к соревнованиям. Весовые категории. Взвешивание участников. Права и обязанности участников. Костюм. Тренеры и преподаватели команд. Оценка приемов. Уклонение от борьбы. Борьба на границе ковра. Запрещенные приемы. Замечания и предупреждения. Определение и объявление результата схватки. Оборудование мест соревнований (ковер, татами, звуковой сигнал, гонг, весы, секундомер, сигнализация и демонстрационный щит, электронное табло). Требования к местам соревнований. Порядок проведения соревнований по различным системам, порядок составления пар. Определение мест участников.	2
		Самостоятельная работа: Участие в организации и проведении соревнований по самбо. Судейство соревновательных поединков.		4
Раздел 14.2 «Гимнастика»				**16**
2	*Теоретические занятия 2-3:*			**4**
		2	Методика обучения гимнастическим упражнениям	2
		3	Общеразвивающие упражнения и методика их проведения	2
	Семинарские занятия 2-3:			**4**
		2	Термины основных групп гимнастических средств и особенности их графической записи	2
		Самостоятельная работа: Составить и записать в тетрадь пример 6-8 общеразвивающих упражнений		**4**
		3	Методика проведения общеразвивающих упражнений	2
		Самостоятельная работа: составить упражнение и записать (8 упражнений) для рук, туловища, мышц шеи, для ног, комплексные упражнения.		**4**
Раздел 14.3 «Легкая атлетика»				**16**
3	*Теоретические занятия 4-5:*			4
		4	Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений.	2
		5	Легкая атлетика в системе физического воспитания в учебных заведениях.	2
	Семинарские занятия практического характера 4-5:			4
		4	Общая характеристика, структура и содержание занятия по легкой атлетике	
		Самостоятельная работа: написать план конспект занятия по легкой атлетике.		4
		5	Организация и проведение соревнований по легкой атлетике	2
		Самостоятельная работа: написать положение о соревнование по одному из упражнений легкой атлетики.		4
Раздел 14.4 «Лыжная подготовка»				**12**
4	*Теоретическое занятие 6:*			2
		6	Лыжный спорт в системе физического воспитания. Методика обучения способам передвижения на лыжах.	2
	Семинарские занятия практического характера 6-7			4

		6	Техника безопасности на занятиях лыжным спортом. Выбор оборудования и подготовка лыжного инвентаря. Способы передвижения на лыжах и техника их выполнения	2
		Самостоятельная работа: составить классификацию способов передвижения на лыжах.		3
		7	Овладение методикой показа, рассказа, объяснения. Овладение методами и методическими приемами. Проведение занятий по обучению способам передвижения на лыжах	2
		Самостоятельная работа: разработать план-конспект занятия по лыжной подготовке		3
Раздел 14.5 «Подвижные игры»				12
5	*Теоретическое занятие 7:*			2
		7	Основные понятия об игре. Классификация подвижных игр. Происхождение и социально-педагогическое значение подвижных игр. Место подвижных игр в системе образования. Ученые и педагоги об игре. Основные задачи и принципы руководителя игры. Подготовка к проведению игры. Организация играющих. Руководство процессом игры. Подведение итогов игры. Методика проведения ПИ на уроках в школе. Подвижные игры во внеурочное время в школе. Игры для решения задач: технической подготовки; тактической подготовки; физической подготовки; морально-волевой подготовки.	2
	Семинарские занятия практического характера 8-9			4
		8	Игры для решения различных педагогических задач с общей направленностью. Современные концепции досуговой деятельности, ее основные формы и технологии. Игры: «Ноги, стопы от пола», «День и ночь» с ОРУ на ловкость, «Салки парные», «Передал - садись», «Борьба за мяч», «Делай раз». Методика применения игр для решения подготовительной, основной, заключительной части урока ФК.	2
		Самостоятельная работа: разработать карточки подвижных игр.		3
		9	Подвижные игры во внеурочных формах работы школы. Игры: Игры на переменах; Игры в группах продленного дня; Игры в спортивных секциях; Игры на школьных праздниках. Подвижные игры во внешкольной работе с детьми. Игры: Игры по месту жительства; Игры в оздоровительном детском лагере. Соревнования по подвижным играм. Соревнования по отдельным видам подвижных игр. Соревнования по комплексам подвижных игр	2
		Самостоятельная работа: разработать сценарий спортивного праздника для школьников.		3
Раздел 14.6 «Спортивные игры»				**16**
6	*Теоретические занятия 8-9:*			4
		8	Характеристика спортивных игр и их специфические признаки. Основные понятия и термины в теории и методике спортивных игр. Факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности в спортивных играх	2
		9	Планирование тренировочных программ по спортивным играм	2

	Семинарские занятия 10-11:		4
		10 Методика обучения техническим приемам в волейболе	2
		Самостоятельная работа: Составить таблицу «Уровень влияния физических качеств на результативность в волейболе» (согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки) и подобрать 5 упражнений на развитие представленных физических качеств	4
		11 Методика обучения техническим приемам в баскетболе	2
		Самостоятельная работа: Составить таблицу «Уровень влияния физических качеств на результативность в баскетболе» (согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки) и подобрать 5 упражнений на развитие представленных физических качеств	4
		Итого:	80

Форма аттестации – экзамен

Оценочные средства

Вопросы/ задание к экзамену:

1. Основные требования к местам занятий различными видами гимнастики (залы, площадки и снаряды для занятий гимнастикой) и их значение. Подготовка, рациональное размещение для занятий и уборка снарядов.
2. Особенности применения средств обучения гимнастическим элементам для предотвращения травм на занятиях и основные методы их предотвращения. Причины травматизма.
3. Правила подачи команд при перестроениях, размыканиях и смыканиях (в движении и на месте).
4. Правила подачи команд при передвижениях (змейкой, по кругу, передвижение с различным положением рук и ног).
5. Значение, характеристика строевых упражнений и их классификация.
6. Значение общеразвивающих упражнений для подготовки к предстоящей деятельности (показать связь с основной частью урока).
7. Методические приемы, применяемые в подготовительной части урока. Задачи, структура построения подготовительной части урока.
8. Приемы регулирование нагрузки при проведении комплекса общеразвивабщих упражнений.
9. Урок гимнастики – основная форма занятий гимнастикой в школе.
10. Характеристика основной части урока гимнастики. Задачи, средства, организация и методика проведения.
11. Характеристика заключительной части урока гимнастики. Задачи, средства, методика проведения.
12. Методика проведения общеразвивающих упражнений с предметами на уроках гимнастики.

Примерные тестовые задания к экзамену:

1) к разделу Самбо:

1. *Удержание – это прием борьбы, при котором:*
- атакующий удерживает соперника в положении на животе;
- атакующий проводит рычаг локтя;
- атакующий удерживает соперника в положении лежа на спине;
- атакующий удерживает соперника в положении лежа на боку.

2. *К запрещенным правилами борьбы самбо приемам относятся:*
- удары любыми частями тела по сопернику;
- выкручивание суставов;
- падение на атакуемого всем телом;
- захват соперника за кисти и пальцы;
- проведение удушающих приемов;
- все ответы правильные.

3. Чистая победа присуждается при успешном проведении:

- болевого приема;
- броска, при котором атакующий упал, соперник приземлился на спину;
- удержания;
- переворота.

4. Болевой прием считается выполненным когда:

- соперник выполнил сдачу постукиванием об ковер или соперника;
- когда атакующий взял захват;
- когда соперник ушел от выполнения болевого;
- когда атакующий лег на соперника.

5. *К оцениваемым техническим действиям в борьбе самбо относятся*:

- броски;
- захваты;
- перевороты;
- передвижения по ковру.

6.Как расшифровывается самбо?

- самооборона без оружия;
- самооборона без ответственности;
- самостоятельная борьба с противником;
- самооборона без результата.

7. Уклонением от борьбы считается:

- постоянная атака с реализацией технических приемов;
- самостоятельный выход за пределы ковра во время борьбы стоя;
- проведение болевых приемов;
- проведение удержаний.

8. Кто основатели системы самбо?

- Дзигоро Кано, Джеки Чан;
- Брюс Ли, МорихейУесиба;
- Ощепков, Спиридонов, Харлампиев;
-Поддубный, Емельяненко.

9. Страна происхождения системы самбо?

- Россия;
- Украина;
- Беларусь;
- СССР.

10. Какая техника разрешена к применению на соревнованиях по борьбе самбо?

- Броски, удержания, болевые приемы;
- Броски, болевые приемы, удары руками;
- Броски, болевые приемы, удушающие приемы;
- Броски, удары руками, удары ногами.

11. С каких технических элементов необходимо начинать обучение самбо?

- Обучение захватам;
- Обучение самостраховке;
- Обучение броскам;
- Обучение удержаниям.

12. Какое необходимо выполнить базовое движение для правильного проведения броска передняя подножка?

- Отворот;
- Прогиб;
- Наклон;
- Приседание.

2) <u>к разделу Гимнастика:</u>

1. *Эта исполнительная команда подается в момент, когда направляющий подходит к границе в любой точке зала.*

a) «Переходом налево (направо) шагом — марш!»
b) «В обход налево (направо) шагом — марш!»
c) «Разворотом налево (направо) шагом — марш!»

d) «Налево (направо) шагом — марш!»

2. *Этот снаряд применяется не только для удобного расположения занимающихся у гимнастического снаряда, но и для выполнения общеразвивающих упражнений, которые можно выполнять у скамейки, на скамейке, со скамейкой.*

a) Гимнастическая скамейка
b) Гимнастический стул
c) Гимнастическая штанга
d) Гимнастический стол

3. *В группу этих упражнений входят ходьба и бег, упражнения в равновесии, лазание и перелезание, упражнения в метании и ловле, поднимании и переноске груза, переползании, преодолении препятствий и простые прыжки. Их прикладной характер заключается в том, что многие из них находят применение в повседневной жизни, в спортивной, профессиональной и военной деятельности. С их помощью можно развивать силу, быстроту, выносливость, ловкость, координацию движений, внимание, память на движения, волю и др.*

a) Специальные
b) Прикладные
c) Профессиональные
d) Смешанные

4. *Конструктивные особенности этого снаряда при выполнении упражнений позволяют точно фиксировать исходные и конечные положения тела или его отдельных звеньев, а, следовательно, дозировать нагрузку в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся. Упражнения могут выполняться в простых и смешанных висах, в смешанных упорах индивидуально и с партнером, в одну или в несколько смен.*

a) Упражнения под гимнастической стенке
b) Упражнения с использованием гимнастической стенки
c) Упражнения на вороте
d) Упражнения на гимнастической стенке

5. *К ним относятся статические, силовые, динамические и маховые упражнения. Они выполняются в упорах и висах, поперек и продольно по отношению к снаряду, на одной и двух жердях, с попеременным и одновременным перехватами рук, на середине и на концах жердей, лицом наружу и внутрь. Для успешного овладения упражнениями на этом снаряде необходима хорошо развитая сила мышц рук, плечевого пояса, живота и спины, высокая подвижность в плечевых и тазобедренных суставах, ориентировка в пространстве и чувство равновесия, эмоциональная устойчивость, решительность и смелость, правильная осанка в висах и упорах.*

a) Упражнение на брусьях
b) Упражнения на скамейках
c) Упражнения на шестах
d) Упражнения на коне

6. *В этой части осуществляется завершение урока и решаются следующие задачи: Постепенное снижение физической и психологической нагрузки. При этом должны быть обеспечены оптимальные условия для протекания восстановительных процессов в организме. Подведение итогов урока. Здесь педагог должен предусмотреть дальнейшее стимулирование сознательной активности занимающихся на уроках. Задание для самостоятельной работы.*

a) Основной
b) Заключительной
c) Подготовительной
d) Во всех частях

7. *Эти средства являются эффективным средством разностороннего воздействия на занимающихся. В процессе занятий акробатикой укрепляется здоровье, развиваются координация движений, мышечная сила, быстрота двигательных действий, гибкость, выносливость к мышечной работе, устойчивость функций вестибулярного анализатора к воздействию ускорений, статическое и динамическое равновесие, свойства внимания, память на движения, эмоциональная устойчивость, решительность и смелость,*

воспитываются личностные свойства: сознательное и активное отношение к занятиям, чувство товарищества, коллективизма, уверенность в своих силах и др.

a) Круговые упражнения
b) Координационные упражнения
c) Акробатические упражнения
d) Бег с препятствиями

8. *В какие части занятия могут включаться прикладные упражнения.*

a) Основную
b) Заключительную
c) Подготовительную
d) Во все части

9. *Оно по характеру движений подразделяются на: а) упражнения с отягощением — партнер своим весом или усилием участвует в выполнении упражнения; б) упражнения в сопротивлении — партнеры поочередно оказывают уступающее сопротивление друг другу в выполнении упражнения; в) упражнения в перетягивании — усилия партнеров направлены в противоположные стороны; г) упражнения в сталкивании (на двух или одной ноге, без помощи рук, соприкасаясь одними плечами) — партнеры стараются вытолкнуть друг друга из ограниченной зоны.*

a) Общерадостные действия с другом
b) Общеразвивающие упражнения вдвоем (в парах)
c) Отдельные двигательные действия с товарищем
d) Групповые упражнения

10. *В какой части занятия проводится обучение основным прикладным упражнениям.*

a) Основной
b) Заключительной
c) Подготовительной
d) Во всех частях

3) к разделу Легкая атлетика

1. Позу, какого животного копируют спринтеры на старте?

1) Гепарда
2) Кенгуру
3) Страуса
4) Гончей собаки

2. *Из каких фаз состоит прыжок с разбега?*

1) Разбег, отталкивание, полет, приземление
2) Толчок, подпрыгивание, полет, приземление
3) Разбег, подпрыгивание, приземление
4) Разбег, толчок, приземление

3. К легкоатлетическим дисциплинам НЕ относят:

1) Бег
2) Прыжки
3) Поднятие тяжестей
4) Метание

4. Что, из перечня, НЕ входит в разряд технических дисциплин легкой атлетики?

1) Ходьба
2) Вертикальные прыжки
3) Метания
4) Горизонтальные прыжки

5. Представители, какой профессии 1-ми стали состязаться в метании молота?

1) Пастухи
2) Плотники
3) Кузнецы
4) Мельники

6. Протяженность марафонской дистанции:

1) 37 км 100 м

2) 42 км 195 м
3) 50 км 170 м
4) 54 км 230 м

7. Какая температура считается оптимальной для проведения марафонского забега?

1) 14-16С
2) 18-20С
3) 20-22С
4) 23-25С

8. Вес ядра для женщин -

1) 4 кг
2) 4,5 кг
3) 5 кг
4) 7 кг

***9.** Как называется самый удобный в исполнении способ прыжка в высоту?*

1) «Перекат»
2) «Ножницы»
3) «Перекид»
4) «Пила»

10. Что происходит, если во время прыжка с шестом он ломается?

1) Попытка все равно засчитывается
2) Попытка не засчитывается
3) Насчитываются штрафные баллы
4) Дается право осуществить повторную попытку

11. При какой скорости попутного ветра не фиксируется рекорд во время прыжка в длину?

1) Более 1 м/с
2) Более 2 м/с
3) Более 2,5 м/с
4) Более 1,75 м/с

12. При метании, какого снаряда, для разбега используется дорожка?

1) Копья
2) Молота
3) Ядра
4) Диска

13. Каким образом удерживается шест при вертикальных прыжках?

1) Двумя руками на уровне груди
2) Обеими руками на уровне пояса
3) На уровне бедер двумя руками
4) В произвольной позиции обеими руками

14. Как именуется спортсмен, задающий темп во время забегов на средние и длинные дистанции?

1) Доместик
2) Спринтер
3) Фаворит
4) Пейсмейкер

4) к разделу Лыжная подготовка

***1.** Начинать обучению ходьбе на лыжах следует с…*

1) со ступающего и скользящего шага
2) с поворотов на месте
3) с преодоления неровностей

***2.** Как правильно выполнить подбор лыж?*

1) головы
2) локтя поднятой руки
3) ладони поднятой руки
4) кончиков пальцев поднятой руки

***3.** Основной способ передвижения на лыжах:*

1) переступание
2) скольжение
3) подъем

4. Высота лыжных палок должна быть такой, чтобы их верхняя часть была:

1) чуть выше подмышки
2) чуть выше плеч
3) на уровне плеч

5. Часто применяемый способ при подъеме на лыжах в гору в прямом направлении, называется

1) переступание
2) елочка
3) лесенка

6. Н относятся ли фристайл и биатлон к зимним видам спорта?

1) да, не относятся
2) нет, относятся

7. Самый быстрый лыжный ход:

1) одновременный двухшажный коньковый ход
2) попеременный двухшажный ход
3) одновременный одношажный ход
4) одновременный бесшажный ход

8. Какой вид спорта, среди зимних олимпийских дисциплин, называют «королем спорта»?

1) лыжный
2) санный
3) конькобежный

9. Мазь для лыж выбирают в зависимости от состояния _____ и температуры воздуха

1) снега
2) лыж
3) здоровья

10. Скелетон - это разновидность…

1) санного спорта
2) конькобежного спорта
3) горнолыжного спорта
4) многоборья

11. Как называется способ подъема на склон на лыжах?

1) плугом
2) упором
3) елочкой
4) веером

12. Участники соревнований конькобежного спорта стартуют

1) парами
2) тройками
3) четверками

13. Выберите несколько правильных ответов. Что из перечисленного относится к зимним видам спорта?

1) скейтборд
2) дуатлон
3) сноуборд
4) фристайл
5) теннис
6) плавание

14. Фристайл — это

1) скоростной спуск на лыжной доске
2) прыжки с трамплина с элементами акробатики

3) прыжки с трамплина на лыжной доске

4) гонки с преследованием без применения лыжных палок

15. К чему относится биатлон?

1) к санному виду спорта

2) к конькобежному спорту

3) к горнолыжному спорту

4) к лыжному виду спорта

16. Завершите предложение «Зимний вид спорта, в котором спортсменам необходимо как можно быстрее преодолеть соревновательную дистанцию – это_____» (ответ: лыжные гонки*)*

5) к разделу «Подвижные игры»

1. Определите, какие подвижные игры относятся к группировке по направленности задач.

а) игры без разделения на команды;

б) сложнейшие;

в) тематические.

2. Определите формы организации подвижных игр:

а) урочная и внеурочная;

б) урочная и внеклассная;

в) внеурочная и внеклассная.

3. Определите игры средней подвижности.

а) все занимающиеся активно и одновременно участвуют в игре;

б) попеременно активно участвуют 1-3 игрока;

в) большинство активно участвуют в таких движениях, как передачи, в игре принимают участие отдельные игроки из команд или группы.

4. Установите различия между спортивными и подвижными играми.

а) соревновательный момент;

б) руководство игрой;

в) присваивавшиеся разряды.

5. Установите, какие образовательные задачи решают подвижные игры.

а) способствуют эстетическому воспитанию;

б) оказывают влияние на умственное развитие;

в) оказывают влияние на рост, развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата.

6. Установите, где находится проводящий, когда игра проходит в круге.

а) между играющими;

б) в круге;

в) за кругом.

7. Определить, что включает в себя план изложения подвижной игры.

а) цель;

б) ход игры;

в) правила.

8. Определите, какую воспитательную задачу решают подвижные игры:

а) подвижные игры на свежем воздухе содействуют закаливанию;

б) подвижные игры способствуют воспитанию физических качеств;

в) подвижные игры активизируют деятельность сердца и легких, повышают их работоспособность.

9. Установите, каким способом выделяют водящих:

а) по результатам предыдущих игр;

б) путем фигурной маршировки;

в) путем расчета.

10. Определите, какой признак характеризует урочную форму организации подвижных игр.

а) переменный состав занимающихся;

б) руководящая роль педагога;

в) организуется эпизодически.

11. Определите, с какого класса детей нужно приучать к обязанностям помощника:

а) 3 класса;
б) 2 класса;
в) 1 класса.

12. Установите, каким путем можно распределить на команды.

а) по результатам предыдущих игр;
б) по жребию;
в) путем расчета.

13. Определите, каким способом возможен выбор капитанов.

а) назначает руководитель;
б) путем расчета;
в) путем фигурной маршировки.

14. Определите сходства спортивных и подвижных игр.

а) правила игры;
б) специальный спортивный инвентарь (размеры, вес).
в) присвоение разрядов в играх.

15. Установите, какие подвижные игры соответствуют группировке игр по организации играющего коллектива.

а) малой подвижности;
б) сюжетные;
в) игры с разделением на команды.

16. Определите, какие игры относятся к группировке игр по характеру подвижности.

а) игры средней подвижности;
б) игры «переходные» к командным;
в) с речитативом.

17. Установите, где располагается проводящий во время объяснения игры, если играющие построены в колонны и стоят недалеко друг от друга.

а) сбоку от колонн;
б) перед колоннами;
в) между колоннами.

18. Определите, что необходимо учитывать при подготовке к игре.

а) состав группы и физическую подготовку;
б) место проведения;
в) настроение занимающихся.

19. Определите, зачем должен следить судья во время проведения подвижных игр.

а) настроением занимающихся;
б) правилами;
в) формой играющих.

20. Определите, как должен располагаться судья во время подвижной игры.

а) чтобы всех видеть;
б) чтобы видеть водящих;
в) чтобы видеть атакующую команду.

б) к разделу «Спортивные игры»

1. Масса баскетбольного мяча (официально принятого размера 7)

а) 567-650 г
б) 500-560 г
в) 456-500 г

2. Игровое время в баскетболе состоит из:

а) 4 периодов по 15 минут
б) 4 периодов по 10 минут
в) 4 периодов по 8 минут

3. При каком количестве фолов игрок должен быть удален из игры по правилам ФИБА:

а) 8
б) 4
в) 5

4. В каком году и где впервые сборная команда России приняла участие в Олимпийском турнире по футболу:

а) 1916
б) 1908
в) 1912

5. Где это произошло:

а) в Бельгии
б) в Мюнхене
в) в Стокгольме

6. Какая должна быть высота сетки в волейболе для мужчин:

а) 2 м 33 см
б) 2 м 43 см
в) 2 м 13 см

7. Какая должна быть высота сетки в волейболе для женщин:

а) 2 м 24 см
б) 2 м 14 см
в) 2 м 04 см

8. Вес волейбольного мяча:

а) 250-255 г
б) 260-280 г
в) 200-220 г

9. Количество игроков в волейболе в одной команде:

а) 6
б) 7
в) 5

10. Создателем игры в баскетбол считается:

а) Ордин
б) Нильсон
в) Нейсмит

11. Сколько игроков – баскетболистов двух команд, могут одновременно находиться на баскетбольной площадке во время соревнований:

а) 14 человек
б) 10 человек
в) 12 человек

12. В каком году появился баскетбол как игра:

а) 1899
б) 1895
в) 1891

13. Баскетбол входит в программу Олимпийских игр с этого года:

а) 1956
б) 1936
в) 1960

Критерии оценивания на экзамене

Оценка	*Критерии*
«отлично»	Слушатель правильно ответил на 100-90% вопросов тестового контроля
«хорошо»	Слушатель правильно ответил на 89-76% вопросов тестового контроля
«удовлетворительно»	Слушатель правильно ответил на 75-60% вопросов тестового контроля
«неудовлетворительно»	Слушатель правильно ответил на 59% и менее вопросов тестового контроля

Тестовый контроль проводится в ЭИОС академии. Все слушатели проходят один и тот же вариант тестового задания, но вопросы и варианты ответов в вопросах генерируют в случайной последовательности автоматически.

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Баскетбол: средства и методы обучения: учеб. пособие [Текст] / М.Л. Берговина. –

Сыктывкар: ИПО СыктГУ, 2011. - 112 с.

2. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с.

3. Легкая атлетика: Учебник для студентов институтов физической культуры /Под редакцией Н.Г. Озолина, В.И. Воронина. Ю.Н. Примакова. – Изд. 4-е, доп., перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1989.– 671с.

4. Михаленок, Е.В. Лыжный спорт и методика преподавания. Курс лекций. Учебное пособие для ВУЗов / Е.В. Михаленок. – М.: Физическая культура и спорт, 2022. – 84 с.

5. Херувимова, С.А. Теория и методика преподавания гимнастики: учеб. пособие/ С.А. Херувимова, Т.А. Херувимова. – Чайковский: ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2016. – 236 с.

6. Чумаков Е. М. Тактика борца-самбиста. М., «Физкультура и спорт», 1976. – 224 с.

Дополнительная литература:

1. Бернштейн, Н.А. Избранные труды по биомеханике и кибернетике / Н.А.Бернштейн:– Ред.сост. М.П.Шестаков. ─ М.: СпортАкадемПресс, 2001. ─ 296 с.

2. Городничев, Р.М. Самбо. Очерки по физиологии / Р.М. Городничев. — Великие Луки: ВЛГИФК, 2001. – 147 с.

3. Грецов, Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: учебник / Г.В. Грецов, С.Е. Войнова. – М.: Академия, 2018. – 158 с.

4. Демчишин, А.А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков / А.А.Демчишин, В.Н.Мухин, Р.С.Мозола. - К.: Здоровья, 1998. - 168 с.

5. Джон, Р. Современный баскетбол [Текст] / Р. Джон. - М.: Физкультура и спорт, 2002. 143 с.

6. Жданкина, Е.В. Физическая культура. Лыжная подготовка / Е.В. Жданкина, И.М. Добрынин. – М.: Юрайт, 2022. – 126 с.

7. Кузнецов, В. С. Физическая культура : упражнения и игры с мячами: методическое пособие / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - Москва : Издательство НЦ ЭНАС, 2006. - 131 с.

8. Легкая атлетика и методика преподавания: Учебник для институтов физической культуры /Под ред. О.В. Колодия, Е.М. Лутковского, В.В. Усова. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 271с.

9. Легкая атлетика: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений /под ред. А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук.– М.: Академия, 2003. – 464 с.

10. Нестеровский, Д. И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений [Текст] / Д.И. Нестеровский. – М.: Издательский центр «Академия», 2007. 336 с.

11. Осинцев, В.В. Лыжная подготовка в школе: 1-11 класс/ В.В. Осинцев. – М.: Владос, 2001. – 180 с.

12. Раменская, Т.М. Лыжный спорт. Учебное пособие / Т.М. Раменская, А.Г. Баталов. – М.: Физическая культура, 2005. – 224 с.

13. Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика: учебник - М.: Академия, 2013. – 288 с., 2. Алаева, Л. С. Гимнастика. Общеразвивающие упражнения [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л. С. Алаева, К. Г. Клецов, Т. И. Зябрева. — Электрон.текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 72 с.

14. Ушакова, Е.В.: Подвижные игры. - Белгород: БелГУ, 2011

2.3.15 Рабочая программа дисциплины «Теория и методика детско-юношеского спорта»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом;

ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-3.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки в избранном виде спорта.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФССП (ПК1);

- Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

- Цели отбора детей и подростков для занятий избранным видом спорта

- Этапы проведения отбора

- Основные функции и формы контроля подготовленности: годичный, этапный, текущий и оперативный, их содержание и особенности при организации и проведении тренировочного процесса, а также при организации и проведении спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

Уметь:

- Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

- Выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся

- Планировать и проводить мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов

Иметь практический опыт по:

- Планированию тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки (ФССП).

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**8**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/4
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/0
Самостоятельная работа слушателя		**8**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	16

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема		Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
Теоретические занятия 1-2:				4
1	Построение многолетней тренировки юных спортсменов	*1*	Принципы спортивной тренировки в юношеском спорте. Основы построения тренировки юных спортсменов. Этапы многолетней подготовки юных спортсменов	2
	Управление многолетней подготовкой юных спортсменов	*2*	Спортивный отбор в многолетней подготовке юных спортсменов. Этапы спортивного отбора Планирование и управление многолетней подготовкой юных спортсменов	2
Семинарские занятия практического характера 1-2				4
2		*1*	Средства и методы спортивной тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Способы регламентирования физической нагрузки	2
			Самостоятельная работа: Охарактеризовать специфические средства, используемые в избранном виде спорта в рабочей тетради. Подготовка к зачету	4
		2	Управление многолетней подготовкой юных спортсменов. Комплексный контроль в системе управления подготовкой	2

			юных спортсменов Этапный, текущий и оперативный контроль в подготовке юных спортсменов. Педагогический контроль деятельности спортивных школ. Зачет	
	Самостоятельная работа: законспектировать требования к показателям, используемым в контроле, контроль тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта для выполнения работ на семинарском занятии. Подготовка к зачету			4
			Итого:	16

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства. Зачет проводится на последнем семинарском занятии.

Вопросы/ задание к зачету: изучить и законспектировать темы в тетради

1. Назовите и дайте характеристику принципам спортивной тренировки в юношеском спорте
2. Какими методическими положениями должен руководствоваться тренер в процессе подготовки юных спортсменов, наряду с принципами спортивной тренировки
3. Охарактеризуйте построение годичного цикла тренировки юных спортсменов (микро-, мезо-, макроциклы).
4. Охарактеризуйте этапы подготовки в юношеском спорте
5. Дайте определение понятиям спортивный отбор, спортивная ориентация, спортивная селекция.
6. Этапы спортивного отбора, задачи на этапах и методы, используемые при отборе.
7. Охарактеризуйте критерии отбора в различных группах видов спорта.
8. Перечислите методические положения многолетней подготовки юных спортсменов.
9. Перечислите компоненты управления подготовкой юных спортсменов.
10. Дайте определение понятию планирование подготовкой спортсменов. Виды планирования.
11. Характеристика средств спортивной тренировки юных спортсменов.
12. Методы спортивной тренировки и их характеристика. Применение методов в зависимости от этапа спортивной подготовки.
13. Дать определение понятию нагрузка. Компоненты нагрузки. Параметры и критерии нагрузки.
14. Способы дозирования физических нагрузок.
15. Дать определение понятию контроль и назвать его виды.
16. Комплексный контроль в системе управления подготовкой юных спортсменов.
17. Характеристика оперативного, текущего и этапного контроля.
18. Педагогический контроль деятельности спортивных школ.

Зачет проставляется по текущему контролю на занятиях по следующим критериям:

Критерии оценки	*Бинарная оценка*		*«Зачтено»*	*«Не зачтено»*
1. Присутствие на всех занятиях по дисциплине	*да/нет*	*1/0*	1	0
2. Активное участие на семинарских занятиях (участие в диалоге, ответы на вопросы, демонстрация задания)			1	0
3. Развернутый ответ на вопрос из перечня тем для зачета			1	0
4. Осознанная работа над заданиями, проводит анализ и обобщение материала			1	0
5. Имеет конспекты по темам занятий			1	0
		Итого:	5	0
		Результат освоения	3-5 балла	0-2 балла

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Волков, Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта: учебник / Л.В.Волков. – Киев: Олимпийская литература, 2002

2. Никитушкин, В. Г. Теория и методика детского-юношеского спорта : учебник для вузов / В. Г. Никитушкин. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. — 328 с. — ISBN 978-5-907225-66-4. — URL: https://www.iprbookshop.ru/110431.html

Дополнительная литература:

1. . Бомпа, Т. Периодизация спортивной тренировки / Т. Бомпа, К. Буццичелли. – М.: Спорт, 2016. –URL: https://www.iprbookshop.ru/55562.html

2. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов 21 века: научные основы и построение тренировки/Иссурин В.Б. – М.: Спорт, 2016. – 464 с.

3. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2014. – 624 с.

2.3.16 Рабочая программа дисциплины «Информационные технологии в ФКиС»

Дисциплина направлена на формирование новых профессиональных компетенций:

ПК-1.4 Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом

ПК-2.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой;

ПК-3.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение учебно-тренировочных занятий избранным видом спорта.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- Содержание информационного сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
- Методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса
- Методы контроля, в том числе: сбор мнений спортсменов и обучающихся; определение и регистрация показателей, характеризующих деятельность спортсменов и обучающихся в процессе занятий (хронометрирование, пульсометрия, динамометрия, видеозапись)

Уметь:

- Применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания
- Планировать и проводить мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов

Иметь практический опыт по:

- Осуществлению поддержки и информационного сопровождения спортсменов, а также проведение анализа деятельности для корректировки сопровождения тренировочного процесса;
- Осуществлению информационного сопровождения обучающихся по дополнительным программам в области физической культуры и спорта, а также анализа деятельности для корректировки программ сопровождения образовательного процесса.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями	**4**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения	2/2
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения	2/2
Самостоятельная работа слушателя	**4**
Форма аттестации	-

Общая трудоемкость	часы	8

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
1.1	Особенности использования информационных и коммуникационных технологий в сфере физической культуры и спорта	*Всего часов по теме*	8
		Теоретическое занятие:	2
		1 Интеграция информационно-коммуникационных технологий в тренировочный процесс. Информационные технологии в обучении двигательным навыкам. Специализированные технологии делопроизводства в обеспечении тренировочного процесса. Классификация информационных технологий спортивной деятельности.	2
		Семинарское занятие	2
		1 Компьютерные технологии оценивания педагогических достижений занимающихся. Информационные технологии в мониторинге физического развития и здоровья различных категорий занимающихся. Аппаратно-программные комплексы контроля функциональной подготовленности спортсменов. Цифровые инструменты анализа движений.	2
		Самостоятельная работа:	4
		Использование вычислительной техники в регистрации и обработке физиологических, биохимических и биомеханических характеристик спортсменов при выполнении тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта.	
		Итого:	8

Форма аттестации – не предполагается

Основная литература:

1. Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебное пособие / П. К. Петров. – Саратов : Вузовское образование, 2020. – 377 с.

Дополнительная литература:

1.Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебно-методическое пособие/ — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 174 с.

2.3.17 Рабочая программа дисциплины «Спортивная нутрициология»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.6 Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения;

ПК-2.6Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения

ПК-3.6 Способен формировать осознанное отношение к спортивной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- современные принципы построения сбалансированного питания.

Уметь:

- планировать особенности питания, обучающихся по программам: спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной программы по спорту.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**4**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/2
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/2
Самостоятельная работа слушателя		**4**
Форма аттестации		-
Общая трудоемкость	часы	8

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
1		*Всего часов по теме*	8
		Теоретическое занятие:	2
		1 Нутрициология как наука. Построение нутритивно-метаболической поддержки в спорте. Спектр клинической эффективности нутриентов. Принцип доказательности в спортивной нутрициологии. Классификация средств нутритивно-метаболической поддержки в спорте. Принципы применения эргогенных нутрициологических средств при физических нагрузках	2
		Семинарское занятие:	2
		1 Основные виды обмена. Макронутриенты: белки, жиры углеводы и их роль в обеспечении жизнедеятельности человека	1
		Организация питания спортсменов и занимающихся ФК Оценка рациона питания спортсмена (имеется ли разбалансированность, если да, то к каким последствиям это может привести): спортсмен 70 кг в сутки потребляет 250 г белка, 180 г углеводов и 250 г жира. Составление рациона питания для спортсмена, если он весит 80 кг, тренируется 5 раз в неделю и его суточные затраты 3500 ккал.	1
		Самостоятельная работа:	4
		Потренироваться в домашних условиях рассчитывать величину основного обмена одного из спортсмена, используя один из способов получения данных.	
		Итого:	8

Форма аттестации – не предполагается

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Дмитриев, А.В. Спортивная нутрициология / А.В. Дмитриев, Л.М. Гунина. – М.: Спорт, 2020. – 640 с. – ISBN 978-5-907225-19-0.

Дополнительная литература:

1. Основы рационального питания: учебное пособие / М. М. Лапкин [и др.] ; под ред. М. М. Лапкина. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2022. – 320 с.

2.3.18 Рабочая программа дисциплины «Спортивная метрология»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.9 Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта

ПК-2.9 Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся физической культуре по основным общеобразовательным программам

ПК-3.9 Способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки в избранном виде спорта.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния занимающихся

Уметь:

- подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся, интерпретировать результаты контроля

Иметь практический опыт по:

- контролю с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния занимающихся.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**4**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/2
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/2
Самостоятельная работа слушателя		**4**
Форма аттестации		-
Общая трудоемкость	часы	8

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы		Всего часов
1		*Всего часов по теме*		8
		Теоретическое занятие:		2
		1	Понятие генеральной и выборочной совокупности. Связанные и независимые выборки. Уровень надежности и уровень значимости. Понятие критерия значимости. Параметрические и непараметрические критерии, их сравнительная характеристика. Первичный статистический анализ. Параметры среднего, разброса, вида распределения. Расчет и педагогический анализ статистических характеристик. Построение и педагогический анализ вариационного ряда.	2
		Семинарские занятия		2
		1	Первичный статистический анализ: рациональное представление данных в Excel, описательная статистика: расчет с помощью формул, расчет с использованием надстройки «Анализ данных».	1
			Вариационный ряд: построение и анализ. Интервальный ряд: построение и анализ. Гистограмма. Полигон.	1
		Самостоятельная работа:		4
		Выполнить расчеты по критериям: критерии согласия: Хи-		

		квадрат, Колмогорова-Смирнова, Шапиро-Уилки, асимметричности и эксцесса. Использование критерия согласия для проверки соответствия результатов теста нормальному распределению. Критерий Шапиро-Уилки в различных программных продуктах. Провести сравнительный анализ: параметрические и непараметрические критерии для связанных (парных) и несвязанных (независимых) выборок	
			Итого: 8

Форма аттестации – не предполагается

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Коренберг, В. Б. Спортивная метрология: учебник для ВУЗов. – Москва : Физическая культура, 2008. – 386 с. – 25 экз.

Дополнительная литература:

2. Начинская, С. В. Спортивная метрология: учебное пособие для вузов. – Москва : Академия, 2005. – 240 с. – 18 экз.

2.3.19 Рабочая программа дисциплины «Врачебно-педагогический контроль в физической культуре и спорте»

Дисциплина направлена на формирование новой профессиональной компетенции:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-1.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом

ПК-2.1 Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-2.3Способен проводить занятия физической культурой

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом;

ПК-3.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта.

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

– методику контроля и оценки антропометрических, физиологических, параметров человека;

– возрастные характеристики спортсменов;

– возрастные характеристики обучающихся.

Уметь:

– обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса; обосновывать выбор средств и методов обучения;

– анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических параметров спортсменов;

– анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических параметров обучающихся;

– контролировать и корректировать величину физической нагрузки спортсменов и обучающихся.

Иметь практический опыт по:

– планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки (ФССП);

– планирование образовательного процесса в предметной области физической культуры, направленного на реализацию основной образовательной программы в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС);

– планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной

предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований (ФГТ), требований ФССП по виду спорта;

– осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки;

– осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями ФГОС;

– осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с ФГТ и ФССП.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**6**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		2/2
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		4/0
Самостоятельная работа слушателя		**6**
Форма аттестации		зачет
Общая трудоемкость	часы	12

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы		Всего часов
1	Тема «Общая характеристика методов врачебного исследования».	*Всего часов по теме*		12
		Теоретическое занятие:		2
		1	Классификация и характеристика методов врачебного исследования: клинические и параклинические методы исследования их краткая характеристика.	2
		Семинарские занятия 1-2		4
		1	Инструментарий для проведения антропометрии. Измерение веса. Измерение роста стоя и сидя. Измерение длины туловища. Измерение окружности головы и шеи. Измерение ширины плеч. Измерение диаметров грудной клетки. Измерение окружностей грудной клетки (на вдохе, выдохе и спокойном дыхании). Измерение окружности талии. Измерение длины верхней конечности, плеча, предплечья. Измерение окружности плеча, предплечья. Измерение нижней конечности. Измерение бедра, голени. Измерение окружности бедра, голени. Измерение толщины кожных складок. Определение состава тела	2
		2	«Функциональное тестирование». Общие представления о функциональном тестировании. Требования к тестам. Спортивно-медицинская классификация функциональных проб (тестов). Принципы классификации тестов с дозированной физической нагрузкой. Одномоментная проба Мартине - алгоритм проведения, оценка, применение. Трехмоментная проба Летунова - алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с задержкой дыхания – проба Штанге и проба Генчи; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с изменением положения тела в пространстве – ортостатическая и клиностатическая пробы;	2

			алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с натуживанием – проба Флэка и проба Бюргера алгоритм проведения, оценка, применение.	
			Самостоятельная работа:	6
			Работа с литературой по теме «Реакция сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку». Реакция пульса, систолического, диастолического и пульсового давления на дозированную физическую нагрузку. Типы реакции пульса и артериального давления на дозированную физическую нагрузку: нормотонический тип реакции, атипичные реакции, ступенчатая реакция. Расчет прироста пульса. Прирост пульса после дозированных физических нагрузок различной направленности: 20 приседаний за 30 с., 15 с бег на месте в максимальном темпе, 3-х минутный бег на месте в темпе 180 шагов в минуту. *Общие представления о физической работоспособности. Определение физической работоспособности по величине МПК. Прямые и непрямые методы определения МПК. Общие представления о ПАНО. Факторы определяющие МПК и ПАНО. Гарвардский степ-тест – общие представления. Определение работоспособности по тесту PWC170 методика проведения, оценка. Определение МПК по величине PWC170. Модификации теста PWC170: общеевропейский вариант (общие представления), PWCaF (алгоритм проведения, принципы оценки). Подготовка к зачёту.*	
			Итого:	12

Форма аттестации – зачет

Оценочные средства промежуточной аттестации

Перечень вопросов для зачета:

1. Сбор анамнеза, структура, последовательность. Общие (паспортные) данные. Анамнез жизни: перенесенные заболевания, спортивные травмы, наследственность, условия жизни в прошлом, условия жизни в настоящее время, вредные привычки. Спортивный анамнез.
2. Правила проведение осмотра, порядок и последовательность. Осмотр головы, плечевого пояса, позвоночника, грудной клетки, живота, конечностей.
3. Изучение особенностей осанки, состояния опорно-двигательного аппарата, телосложения.
4. Правила проведение проведения антропометрических измерений. Измерение длины туловища. Измерение окружности головы и шеи. Измерение ширины плеч. Измерение диаметров грудной клетки. Измерение окружностей грудной клетки (на вдохе, выдохе и спокойном дыхании). Измерение окружности талии.
5. Измерение длины верхней конечности, плеча, предплечья. Измерение окружности плеча, предплечья. Измерение нижней конечности. Измерение бедра, голени. Измерение окружности бедра, голени.
6. Методы определения состава тела.
7. Общие представления о физическом развитии человека: определение; факторы, влияющие на физическое развитие человека; физическое развитие и здоровье человека.
8. Краткая характеристика методов оценки физического развития: метод индексов, метод стандартов, метод построения антропометрического профиля, перцентильный метод.
9. Типы реакции пульса и артериального давления на дозированную физическую нагрузку: нормотонический тип реакции, атипичные реакции, ступенчатая реакция.
10. Общие представления о функциональном тестировании. Требования к тестам. Спортивно-медицинская классификация функциональных проб (тестов). Принципы классификации тестов с дозированной физической нагрузкой.
11. Трехмоментная проба Летунова - алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с задержкой дыхания – проба Штанге и проба Генчи; алгоритм проведения, оценка, применение.

12. Пробы с изменением положения тела в пространстве – ортостатическая и клиностатическая пробы; алгоритм проведения, оценка, применение. Пробы с натуживанием – проба Флэка и проба Бюргера; алгоритм проведения, оценка, применение.

13. Определение работоспособности по тесту PWC170 методика проведения, оценка. Особенности теста PWCaF.

14. Задачи врачебно-педагогических наблюдений. Организация врачебно-педагогических наблюдений: этапные, текущие, оперативные обследования. Самоконтроль спортсмена.

15. Некоторые анатомо-физиологические особенности детей и подростков. Соотношение паспортного и биологического возраста, варианты развития: обычное; гармоничная акселерация или ретардация; негармоничная акселерация или ретардация. Особенности их физиологической реакции на физическую нагрузку.

Результаты: «зачтено-не зачтено»

*Критерии оценивания ответа на зачете: з*ачет проводится в письменной форме и состоит из одного теоретического вопроса.

Критериями оценки качества ответа на вопрос являются:

- раскрытие темы, содержащейся в заданном вопросе:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

- Владение терминологией, умеет связать теорию с практическим опытом в качестве примеров:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

- Работа имеет логическую структуру и завершенный вид:

полностью – 2 балла частично – 1 балл отсутствует – 0 баллов

Результаты промежуточной аттестации оцениваются исходя из следующего количества полученных баллов:

«Зачтено»	«Не зачтено»
6-4 балла	3-0 баллов

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Миллер Л.Л. Спортивная медицина: учебное пособие.— М.: Человек, 2015

Дополнительная литература:

1. Граевская Н.Д. Спортивная медицина : учебное пособие. Курс лекций и практические занятия / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. —М. : Издательство «Спорт», Человек, 2018.

2. Миллер Л.Л. Спортивная медицина: учеб. пособие.- СПб, 2010

3. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: учеб. пособ. В 2-х частях- М.: Советский спорт, 2008.

2.3.20 Рабочая программа дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Дисциплина направлена на формирование профессиональных компетенций:

ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-1.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом

ПК-1.5Способен организовать участие в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом;

ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-3.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта; В результате изучения дисциплины слушатель будет

ПК-3.5Способен организовать участие в учебно-тренировочных мероприятиях

Знать:

- Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта;

- Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности; продолжительность отбора; этапы проведения отбора; методики спортивного отбора и ориентации;

- Характеристики нагрузок: специализированность, координационная сложность, направленность, величина и показатели, используемые для контроля нагрузок, в зависимости от вида спорта.

Уметь:

- Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта;

- Реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку;

- Планировать и проводить мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов.

Иметь практический опыт по:

- Планированию тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки (ФССП);

- Выявлению и оцениванию уровня и качества аналитической (технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной) и интегральной подготовленности спортсменов и фиксировать все обязательные показатели в документах учета, установленных организацией, осуществляющей спортивную подготовку.

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**18**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		10/10
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		8/0
Самостоятельная работа слушателя		**22**
Форма аттестации		экзамен
Общая трудоемкость	часы	40

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы		Всего часов
1	Введение в дисциплину. Методология спортивной подготовки в ИВС	*Всего часов по теме*		**18**
		Теоретические занятия 1-2:		**4**
		1	Общее представление о системе спортивной подготовки в ИВС	2
		2	Обзор методологии спортивной подготовки в ИВС	2
		Семинарские занятия1-2		**4**
		1	Классические методики формирования двигательных способностей в ИВС	2
		2	Основы методики обучения двигательным действиям в ИВС	2
		Самостоятельная работа:		**10**
		1. История зарождения теоретических основ спортивной тренировки (подготовить презентацию с фотографиями и кратким описанием в заметках). *2. Жизнь и творчество основоположников советской научной системы спортивной подготовки (Об одном авторе, на*		

		выбор. Подготовить презентацию с фотографиями и кратким описанием в заметках). Подготовка к экзамену	
2	Планирование и контроль в ИВС	*Всего часов по теме*	**22**
		Теоретические занятия 3-5:	**6**
		3 Планирование спортивной подготовки в ИВС	2
		4 Контроль и учёт спортивной подготовки в ИВС	2
		5 Основы управления системой спортивной подготовки в ИВС	2
		Семинарские занятия 3-4:	**4**
		3 Основные концепции планирования спортивной подготовки в ИВС. Планирования макроцикла. Контроль подготовленности спортсмена. Основные элементы оперативного, текущего и этапного контроля в ИВС	3
		4 Экзамен	1
		Самостоятельная работа:	**12**
		1. Сравните модели построения макроцикла по Л.П. Матвееву, А.П. Бондарчуку, Ю.В. Верхошанскому, В.Б. Иссурину *2. Сформулируйте и опишите своё представление о профиле подготовленности спортсмена (объяснить, что это такое, зачем и как использовать, предложить графическое представление).* *3. Опишите методику оперативного контроля в ИВС* *4. Опишите особенности оценки каждого компонента соревновательной деятельности на примере ИВС* *5. Подготовка к экзамену*	
			Итого: 40

Форма аттестации – экзамен

Оценочные средства промежуточной аттестации

Вопросы/ задание к экзамену

1. Характеристика компонентов системы спортивной подготовки в ИВС.

2. Краткая характеристика этапов многолетней подготовки в ИВС.

3. Цель и задачи, реализуемые на этапе начальной подготовки в ИВС.

4. Цель и задачи, реализуемые на тренировочном этапе (этап спортивной специализации) в ИВС.

5. Цель и задачи, реализуемые на этапе спортивного совершенствования в ИВС.

6. Цель и задачи, реализуемые на этапе высшего спортивного мастерства в ИВС.

7. Принципы подготовки спортсмена и закономерности, определяющие их.

8. Средства и методы спортивной тренировки в ИВС, примерные задачи, решаемые посредством данных средств и методов.

9. Физические нагрузки, их характеристика и классификация в ИВС.

10. Федеральный стандарт подготовки по виду спорта: как основной нормативный документ, регламентирующий организацию тренировочного процесса.

11. Общая характеристика «разминки» и «заминки», их особенности и значение в ИВС, соответствие разминки основной части тренировки (примеры).

12. Сущность физической подготовки. Значение общей и специальной физической подготовки в ИВС (привести примеры).

13. Проявление выносливости в ИВС, основные методические условия развития выносливости в ИВС, управление нагрузками для достижения специализированных задач выносливости в ИВС.

14. Контроль и оценка уровня выносливости в ИВС (примеры, модельные значения).

15. Координационные способности, основные методические условия развития координационных способностей в ИВС, управление нагрузками для достижения специализированных задач координационной подготовки в ИВС.

16. Контроль и оценка уровня координационной подготовленности в ИВС (примеры, модельные значения).

17. Силовые способности в ИВС, основные методические условия развития силовых способностей в ИВС, управление нагрузками для достижения специализированных задач силовой подготовки в ИВС.

18. Контроль и оценка уровня силовых способностей в ИВС (примеры, модельные значения).

19. Проявление быстроты в ИВС, основные методические условия развития скоростных способностей в ИВС, управление нагрузками для достижения специализированных задач проявления быстроты в ИВС.

20. Контроль и оценка уровня проявления быстроты в ИВС (примеры, модельные значения).

21. Психологическая (психическая) подготовка в ИВС: задачи, особенности проявления. Способы проведения психологической подготовки в ИВС.

22. Тактическая подготовка в ИВС: задачи, особенности реализации тактики в ИВС. Способы проведения тактической подготовки в ИВС.

23. Техническая подготовка в ИВС: задачи, особенности проявления. Способы проведения технической подготовки в ИВС.

24. Восстановительные процессы в организме. Причины утомления и основные требования к восстановлению спортсменов в ИВС. Организация восстановления в ИВС.

25. Структура процесса управления системой подготовки спортсмена и основы алгоритма его функционирования.

26. Дать характеристику доминирующих направлений подготовки спортсмена на этапе максимальной реализации потенциала.

27. Особенности построения прогнозов в избранном виде спорта.

28. Выявление компонентов, стимулирующих рост спортивных результатов.

29. Краткосрочное, среднесрочное и долгосрочное прогнозирование в избранном виде спорта.

30. Описать целесообразные критерии оценки перспектив спортсменов на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей.

31. Дать характеристику этапов многолетней подготовки и назвать основные критерии спортивного отбора на каждом этапе в ИВС.

32. Основы структуры построения спортивной подготовки. Микро-, мезо-, макроциклы и этапы подготовки спортсмена.

33. Сочетание микроциклов в мезоцикле и различных нагрузок в микроцикле, желательные и нежелательные сочетания физических нагрузок.

34. Основные технологические подходы к построению средних и малых тренировочных циклов.

35. Острые, срочные и кумулятивные эффекты, проявляющиеся в опорно-двигательном аппарате спортсмена в ИВС.

36. Острые, срочные, кумулятивные и остаточные эффекты, проявляющиеся в функциональных системах спортсмена в ИВС.

37. Основы контроля над состоянием функциональных систем и ОДА в ИВС.

38. Способы дозирования физической нагрузки и ожидаемый эффект (по характеру упражнений, по интенсивности, по продолжительности упражнений и интервалов отдыха, по количеству повторений и т.п., привести пример из ИВС).

39. Сформулировать основные требования к опорно-двигательному аппарату квалифицированного спортсмена в ИВС.

40. Модельные характеристики кардиореспираторной системы высококвалифицированного спортсмена в ИВС.

41. Особенности организации системы отбора в избранном виде спорта.

42. Дать определение спортивной ориентации, назвать основные критерии и методические основы спортивной ориентации в ИВС

43. Дать определение спортивной селекции, назвать основные критерии и методические основы спортивной селекции в ИВС.

44. Эффект адаптации. Стадии срочной адаптации, переход срочной в долговременную и её стадии, перекрёстная адаптация, особенности адаптации в ИВС.

45. Описать возможные соотношения режимов мышечной деятельности (направленность, интенсивность, объём), средств и особенностей физической нагрузки для формирования различных видов выносливости.

46. Общее представление об основах анализа тренировочного процесса

47. Планирование и учёт как компоненты управления системой подготовки спортсмена

48. Методика оценки эффективности решения задач на этапе подготовки в ИВС

49. Дать характеристику минимальному набору требований для внесения коррекций в тренировочный процесс в ИВС

50. Основы анализа соревновательной деятельности спортсмена в ИВС.

Примерные тестовые задания к экзамену (30 вопросов):

1. Способ демонстрации спортивных достижений это:

А) спортивное соревнование;

Б) способ подготовки к последующим соревнованиям;

В) конкурентная борьба в ходе спортивной подготовки;

Г) экспозиция на выставке.

2. Основные методы исследования в спортивной науке это:

А) как теоретические, так и эмпирические исследования;

Б) только практические (эмпирические) методы исследования;

В) только теоретические методы исследования;

Г) метод наблюдения и измерения.

3. Дозировать физическую нагрузку можно следующим образом:

А) по времени непрерывного выполнения нагрузки;

Б) по количеству упражнений и скорости их выполнения;

В) по объёму, интенсивности, направленности, изменению способа выполнения и интервала отдыха;

Г) по скорости передвижения.

4. В ходе выполнения физических упражнений у спортсмена могут быть зафиксированы следующие состояния:

А) разминка, заминка, основная часть;

Б) врабатывание, состояние устойчивой работоспособности, утомление;

В) повышение артериального давления, изменение параметров зрения и слуха, эмоциональная адаптация;

Г) утомление и восстановление.

5. Тактическую подготовку в лыжном спорте целесообразно планировать:

А) начиная с этапа спортивной специализации;

Б) начиная с этапа начальной подготовки;

В) только начиная с этапа максимальной реализации потенциала;

Г) на всех этапах подготовки.

6. Для оценки технической подготовленности в избранном виде спорта лучше всего воспользоваться:

А) видеосъёмкой сбоку;

Б) методом экспертных оценок;

В) просмотром замедленного видео;

Г) анализом пространственно-временных характеристик.

7. В систему спортивного отбора входят:

А) предварительный отбор (кастинг), отбор наиболее одарённых, отбор способных показать максимальный результат;

Б) начальный (предварительный) отбор, промежуточный отбор и ориентация, заключительный отбор и селекция;

В) мероприятия, выявляющие наиболее мотивированных, здоровых и предрасположенных к занятиям избранным видом спорта;

Г) тесты для выявления наиболее одарённых.

8. Результат влияния на спортсмена физических и технико-тактических действий называют:

А) тренировочным эффектом;

Б) физической нагрузкой;

В) адаптационным следом;

Г) спортивной тренировкой.

9. Решения по внесению изменений в подготовку принимаются на основе:

А) этапного контроля;

Б) результатов соревновательной деятельности;

В) комплексной оценки подготовленности;

Г) педагогического контроля.

10. Моделирование это:

А) процесс создания модели;

Б) создание маркеров состояния;

В) подготовка спортсмена к модельным испытаниям;

Г) симуляция соревновательной деятельности.

11. Спортивная форма это:

А) экипировка спортсмена;

Б) состояние, при котором возможно достижение максимального результата;

В) хорошее самочувствие и уверенность;

Г) готовность к перенесению нагрузок.

12. Управление в системе подготовки спортсмена это:

А) пересмотр стратегии подготовки в силу внешних причин;

Б) внесение изменений в подготовку на основе мотивов спортсмена;

В) перевод объекта управления из одного известного состояния в другое известное состояние;

Г) коррекция использования средств и методов в связи с внешними объективными причинами.

13. Соревновательная деятельность спортсмена планируется исходя из следующих соображений:

А) даты участия в соревнованиях привязываются к выходным и праздничным дням;

Б) участие в соревнованиях подбирается в соответствии со стратегией подготовки;

В) для участия планируются те соревнования, на которых можно успешно выступить;

Г) спортсмен принимает участие во всех соревнованиях календаря.

14. Различают следующие виды тренировочных эффектов:

А) острый, срочный, отставленный, кумулятивный, остаточный;

Б) экстренный, фоновый, базовый, основной;

В) переходный, устойчивый, вариативный, текущий;

Г) сильный, средний, слабый.

15. Адаптация в спортивной тренировке возникает в случае:

А) воздействия разнонаправленных упражнений;

Б) воздействия слабых, умеренных и значительных физических нагрузок;

В) воздействия стресс-фактора на организм спортсмена;

Г) многократного повторения упражнения.

16. Структура тренировочного процесса лыжников состоит из:

А) отдельных тренировок и тренировочных блоков;

Б) микро-, мезо-, макроциклов подготовки;

В) спортивных тренировок и спортивных соревнований;

Г) из этапов и периодов подготовки.

17. В избранном виде спорта среднегорье в подготовке квалифицированных спортсменов используется с целью:

А) улучшения физической подготовленности и восстановления;

Б) совершенствования технико-тактической подготовленности;

В) для восстановления и подготовки к соревнованиям в высокогорье;

Г) увеличение объёма циклической нагрузки и совершенствования техники.

18. Основные операции, выполняемые в ходе управления подготовленностью спортсмена:

А) педагогический контроль, оценка технического мастерства, прогнозирование результатов;

Б) оценка соревновательной деятельности, этапный контроль, коррекция плана;

В) видеоконтроль и видеоанализ, педагогический контроль;

Г) планирование, моделирование, контроль, коррекция, прогнозирование.

19. Во всех дисциплинах лыжного спорта определяющей является:

А) физическая подготовленность;

Б) интегральная подготовленность;

В) техническая подготовленность;

Г) психологическая подготовленность.

20. В настоящее время существует несколько стратегий планирования подготовки спортсменов, например:

А) стратегия оперативного и перспективного планирования;

Б) стратегия циклической и блоковой периодизации;

В) стратегия однокомпонентного и многокомпонентного планирования;

Г) стратегия ситуационного планирования.

21. В чём выражается мышечная гипертрофия?

А) Увеличивается длина мышцы

Б) Изменяется количество мышечных волокон

В) Увеличивается количество миофибрилл

22. Что такое стресс?

А) Изменение психологического состояния человека

Б) Напряжение соответствующей системы, вызванное каким-либо фактором

В) Воздействие стресс фактора на психику человека

23. Что такое физическая нагрузка?

А) Что такое физическая нагрузка?

Б) Что такое физическая нагрузка?

В) Что такое физическая нагрузка?

24. Какое высказывание неверно?

А) Открытый Чемпионат края

Б) Юниорский Чемпионат мира

В) Юниорский Чемпионат мира

25. К методам строгой регламентации относят

А) Повторный, интервальный, переменный

Б) Повторный, равномерный, игровой

В) Повторный, равномерный, игровой

26. Соревновательное средство это

А) Выполнение упражнения с околопредельными, соревновательными нагрузками

Б) Выполнение упражнения с использованием инвентаря и технико-тактических действий, соответствующих виду спорта

В) Участие спортсмена в соревнованиях

27. Какого этапа нет в многолетней спортивной подготовке?

А) Предтренировочный этап

Б) Этап начальной подготовки

В) Этап высшего спортивного мастерства

28. Кто из специалистов в теории спортивной подготовки первым предложил блоковую периодизацию спортивной подготовки?

А) Ю.В. Верхошанский

Б) Л.П. Матвеев

В) В.Н. Платонов

29. Какой категории тренировки не должно быть в соответствии с задачами спортивной подготовки?

А) Кондиционная тренировка

Б) Кондиционная тренировка

В) Отборочная тренировка

30. Какой компонент не входит в систему спортивной подготовки?

А) Физическая нагрузка

Б) Учебно-тренировочный процесс

В) Внетренировочные средства подготовки

Критерии оценивания на экзамене

Оценка	Критерии
«отлично»	Слушатель правильно ответил на 100-90% вопросов тестового контроля
«хорошо»	Слушатель правильно ответил на 89-76% вопросов тестового контроля
«удовлетворительно»	Слушатель правильно ответил на 75-60% вопросов тестового контроля
«неудовлетворительно»	Слушатель правильно ответил на 59% и менее вопросов тестового контроля

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов 21 века: научные основы и построение тренировки/Иссурин В.Б. – М.: Спорт, 2016. – 464 с.

2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для студентов вузов обучающихся по направлению 03.21.00 и по специальности 03.21.01 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культура и спорт / Л.П. Матвеев. - изд. 5-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2010. - 340 с.

Дополнительная литература:

1. Германов, Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учеб. Пособие для бакалавриата и магистратуры / Г.Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 224 с.

2. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена [Текст] / В.М. Зациорский. - М.: Физкультура и спорт, 2003. - 200 с.

3. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2014. – 624 с.

4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп.лит., 2015. – Кн.2. – 2015. – 752 с.

2.3.21 Рабочая программа дисциплины «Методика преподавания предмета "Физическая культура" в общеобразовательных организациях»

Дисциплина направлена на формирование профессиональных компетенций:

ПК-2.1 Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-2.3 Способен проводить занятия физической культурой

В результате изучения дисциплины слушатель будет

ПК-2.7 Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой

Знать:

- формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора

- технику безопасности и профилактику травматизма на уроках физической культурой.

Уметь:

- Обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых.

- Реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма.

Иметь практический опыт по:

- Осуществлению образовательного процесса в предметной области физическая культура в образовательных организациях, реализующей основные образовательные

программы в соответствии с требованиями ФГОС

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**18**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		10/10
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		8/0
Самостоятельная работа слушателя		**22**
Форма аттестации		экзамен
Общая трудоемкость	часы	40

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
1	Введение в предмет. Место и значение дисциплины «Физическая культура» в подготовке профессиональных кадров для сферы физической культуры и спорта	*Всего часов по теме*	**22**
		Теоретические занятия 1-3:	**6**
		1 Цели и задачи методики преподавания предмета «Физическая культура». Физическое воспитание как неотъемлемая составляющая воспитания и образования подрастающего поколения. Цели и задачи предмета «Физическая культура».	2
		2 Место и значение курса «Теория и методика преподавания предмета «Физическая культура» в подготовке бакалавров. Педагогические задачи, функции и содержание курса «Теория и методика преподавания предмета «Физическая культура». Компоненты преподавательской деятельности.	2
		3 Требования образовательного стандарта и программы учебного предмета «Физическая культура». ФГОС как основной документ, регламентирующий учебный процесс по физической культуре, его положения: основы знаний о физкультурной деятельности, способы физкультурной деятельности различной направленности, требования к уровню подготовки обучающихся, минимальные требования к оснащенности учебного процесса. Вариативный компонент стандарта. Доминирующие факторы, лежащие в основе разработки регионального компонента содержания образования по физической культуре. Документы, регламентирующие содержание образования по предмету «Физическая культура»: базисный учебный план, обязательный минимум содержания образования по дисциплине.	2
		Семинарские занятия 1-2	**4**
		1 Дидактика и методика преподавания физической культуры. Предмет теории образовании по физической культуре. Предмет методики преподавания физической культуры. Содержание предмета «Методика физической культуры».	2
		2 Современные требования к уроку физической культуры, его структура. Типология уроков ФК и требования ФГОС к современному уроку. Педагогические технологии физической культуры как средство качества образования.	2
		Самостоятельная работа:	**12**
		1. Подготовить вопросы для круглого стола на тему	2

		«Цели и задачи предмета «Физическая культура». *2. Составить тест из 10 вопросов (4 варианта ответов), по теме лекции «Требования образовательного стандарта и программы учебного предмета «Физическая культура».* *3. Домашнее задание: подготовить конспект по вопросу: обязательный минимум содержания основных образовательных программ по предмету «Физическая культура», на основе анализа ФГОС НОО, ФГОС ООО* *4. Подготовка к экзамену*	4 2 4
2		*Всего часов по теме*	**18**
		Теоретические занятия 4-5:	**4**
		4 Основные понятия и определения предмета «Физическая культура» Основные понятия предмета «Физическая культура»: «предмет «Физическая культура», «физкультурное образование», «педагогическая система предмета «Физическая культура», «педагогический процесс по предмету «Физическая культура», «технология учебного процесса по предмету «Физическая культура», «методика», «методический прием».	2
		5 Функциональные компоненты и специфика деятельности учителя (тренера). Основные функциональные компоненты деятельности учителя. Специфика деятельности учителя физической культуры в образовательных организациях общего и профессионального образования в соответствии с требованиями профессионального стандарта. Правила и приемы техники безопасности на занятиях. Профилактика травматизма.	2
		Семинарские занятия 3-5	**4**
		3 Теоретико-методические основы преподавания предмета «физическая культура» в общеобразовательной школе. Применение приемов и способов, направленных на предупреждение травматизма на уроках ФК.	1
		4 Технология преподавания предмета физическая культура в общеобразовательной школе. Постановка цели в циклах технологии учебно-воспитательного процесса. Методические особенности преподавания предмета физическая культура в начальной школе. Методические особенности преподавания предмета физическая культура в средней и старшей школе. Взаимосвязь физического и нравственного воспитания. Взаимосвязь физического и умственного воспитания. Самовоспитание в процессе физического воспитания.	2
		5 Экзамен	1
		Самостоятельная работа:	**10**
		1. Профессионально-прикладная физическая культура (ППФК). Использование фитнес-технологий в физическом воспитании студентов. *2. Подготовить презентацию «Система физического воспитания в РФ». Подготовка к экзамену.*	6 4
			Итого: 40

Форма аттестации – экзамен

Оценочные средства промежуточной аттестации

Вопросы/ задание к экзамену:

1. Особенности оперативного, текущего и этапного контроля. Экспресс-тестирование на уроке физической культуры школьников. Приведите пример контрольных упражнений для оценки физической подготовленности обучающихся.

2. Характеристика учета в физическом и спортивном воспитании. Виды учета и учетная документация.

3. Самоконтроль в физическом и спортивном воспитании. Объективные и субъективные показатели состояния занимающихся. Дневник самоконтроля. Методика проведения пульсометрии на уроках физической культуры. Анализ полученных данных.

4. Физическое воспитание студенческой молодежи. Цель, задачи. Учебные отделения: специальное, основное и спортивное. Содержание учебной программы для высших учебных заведений. Оценка успеваемости. Формы физического воспитания во внеурочное время: занятия в спортивных секциях, внутривузовские соревнования, физкультурно-массовые мероприятия, физкультурно-оздоровительная работа в студенческих общежитиях, оздоровительно-спортивных лагерях.

5. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста: возрастные особенности развития и их учет в процессе физического воспитания. Задачи, средства, формы и особенности применения физкультурных образовательных технологий.

6. Физическое воспитание детей среднего и старшего школьного возраста: возрастные особенности развития и их учет в процессе физического воспитания. Задачи, средства, формы и особенности применения физкультурных образовательных технологий.

7. Характеристика профессионально-прикладной физической подготовки: задачи; основы методики ППФП (средства, формы занятий, планирование и педагогический контроль в ППФП).

8. Основные понятия теории и методики физической культуры: физическая культура, физическое воспитание, спорт, физическое развитие, физическая подготовленность, физическая подготовка, физкультурное образование, спортивная культура, физическая активность, здоровый стиль жизни

9. Характеристика форм физического воспитания, обусловленность разнообразия форм многообразием задач физического воспитания в семье, дошкольных учреждениях, учреждениях дополнительного образования.

10. Цель, задачи, направленность, содержание форм физического воспитания в режиме учебного дня: гимнастика до занятий, физкультурные минуты (паузы), игры и физические упражнения на подвижной перемене, спортивный час в группах продленного дня.

11. Урочные и неурочные формы. Урок - основная форма организации занятий, характеристика, требования к методике проведения урока. Виды уроков. Структура урока. Тренировочные занятия, их характеристика. Неурочные формы: групповые самодеятельные занятия, игры и состязания.

12. Характеристика методов обучения в физическом воспитании. Методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, методы словесного воздействия, средства и методы обеспечения наглядности. Требования к методам.

13. Требования образовательного стандарта и программы учебного предмета «Физическая культура». ФГОС как основной документ, регламентирующий учебный процесс по физической культуре, его положения: основы знаний о физкультурной деятельности, способы физкультурной деятельности различной направленности, требования к уровню подготовки обучающихся, минимальные требования к оснащенности учебного процесса. Вариативный компонент стандарта. Доминирующие факторы, лежащие в основе разработки регионального компонента содержания образования по физической культуре.

14. Документы, регламентирующие содержание образования по предмету «Физическая культура»: базисный учебный план, обязательный минимум содержания образования по дисциплине.

15. Конституционные положения о развитии ФКиС. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» - государственно-правовая база отраслевого управления. Единая всероссийская спортивная классификация.

16. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность учителя (преподавателя) при организации образовательного процесса по предмету «Физическая культура».

17. Методы спортивной тренировки: равномерный, повторный, интервальный, круговой, игровой, соревновательный; особенности их применения в избранном виде спорта.

18. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спортивной тренировки. Пороговые тренирующие нагрузки, их связь с принципами индивидуализации и постепенности. Понятие об объеме и интенсивности нагрузки. Роль и типы интервалов отдыха.

19. Понятие о планировании в физической культуре: назначение, методические требования (конкретность, преемственность, перспективность, реальность, целенаправленность, доступность и простота), виды, методическая последовательность и документы планирования.

20. Требования к документам планирования. Методика составления тематического плана физического воспитания школьников. Особенности форм и способов краткосрочного планирования. Методика написания конспекта занятия (технологической карты урока), приведите пример формулировки цели и задач технологической карты урока. Объясните чем технологическая карта урока, отличается от плана – конспекта.

21. Урок физической культуры. Требования к проведению урока. Типы школьных уроков физической культуры, структура и содержание в зависимости от типа.

22. Схема проведения анализа урочного занятия. Методика оценивания деятельности учителя Методика проведения хронометражных исследований на уроках физической культуры. Анализ полученных данных.

23. Основные понятия дисциплины и их сущностная характеристика. «предмет «Физическая культура», «физкультурное образование», «педагогическая система предмета «Физическая культура», «педагогический процесс по предмету «Физическая культура», «технология учебного процесса по предмету «Физическая культура», «методика», «методический прием».

24. Характеристика видов профессиональной деятельности учителя (воспитателя): педагогической, тренерской, рекреационной, организационно-управленческой, научно-исследовательской, культурно-просветительской.

25. Методические особенности преподавания предмета «физическая культура» в ССУЗах и ВУЗах. Значение, цель, задачи и направленность преподавания физической культуры в средних специальных и высших учебных заведениях, специфика обучения.

26. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» - государственно-правовая база отраслевого управления, краткая характеристика

Примерные тестовые задания к экзамену:

1) Что такое Физическая культура ?

1.Важная часть общей культуры общества, совокупность его достижений в создании и рациональном использовании специальных средств, методов и условий направленного физического совершенствования.

2.Совокупность материальных и духовных ценностей, созданных и создаваемых человечеством в процессе общественно-исторической практики и характеризующих исторически достигнутую ступень в развитии общества.

3.Социальное, целенаправленное создание условий (материальных, духовных, организационных) для развития человека.

2) Что является Основными показателями состояния физической культуры в обществе?

1.Уровень здоровья и физического развития людей;

2.Степень использования Физической культуры в сфере воспитания и образования, в производстве, быту, структуре свободного времени;

3.Характер системы физического воспитания, развитие массового спорта, высшие спортивные достижения.

4.Все перечисленные варианты ответов.

3) Специфической функцией физической культуры по Л.П. Матвееву (1984) является... ?

1.Создание возможности удовлетворения естественных потребностей человека в двигательной активности и обеспечения на этой основе необходимой в жизни физической дееспособности.

2.Использование физической культуры как учебного предмета в системе образования;.

3.Повышение специальной подготовки, к трудовой деятельности и воинской службе средствами профессионально-прикладной физической культуры.

4) Физическое воспитание - это..... ?

1.социальное, целенаправленное создание условий (материальных, духовных, организационных) для развития человека.

2.педагогически организованный процесс развития физических качеств, обучения двигательным действиям и формирования специальных знаний.

3.совокупность достижений общества в создании и рациональном использовании специальных средств, методов и условий направленного физического совершенствования.

5) В процессе физического воспитания решаются следующие задачи:… ?

1.Оздоровительные, воспитательные, рекреативные.

2.Оздоровительные образовательные, воспитательные.

3.Профориентационные, оздоровительные, воспитательные.

6) Физическое развитие - это ..... ?

1.динамика силы, быстроты, выносливости и других двигательных качеств индивида, происходящая под влиянием многих разнородных факторов.

2.закономерный биологический процесс становления и изменения морфологических и функциональных свойств организма в продолжении индивидуальной жизни, совершенствующийся под влиянием физического воспитания.

3.увеличение массы тела, ростовых параметров, жизненной емкости легких, учащение сердечных сокращений.

7) Сергею исполнилось 12 лет. Учитель физической культуры считает, что мальчик стал старше на один физиологический возраст. Прав ли при этом педагог?

1.Да.

2.Нет.

8) Физические упражнения - это..... ?

1.двигательные действия, выполняемые в специально определенных условиях, требующих проявления и совершенствования двигательных качеств - точности и координации движений, силы, выносливости, быстроты.

2.направленная повторность действия с целью воздействия на физические и психические свойства человека.

3.наиболее важные положения, которые позволяют эффективно достигнуть поставленную цель.

9) Что входит в понятие "Физическая подготовка "?

1.Педагогически организованный процесс развития физических качеств, необходимых для успешной спортивной деятельности.

2.Педагогически организованный процесс развития физических качеств, отвечающих специфике избранного вида спорта.

3.Педагогически организованный процесс развития физических качеств, которые не относятся к числу специфических в избранном для специализации виде спорта, но обуславливают успех в нем.

10) Укажите, какие из перечисленных принципов являются обще методическими?

1.принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации.

2.принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок, принцип циклического построения занятий.

3.принцип постепенного наращивания равивающе - тренирующих воздействий, принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания.

11) Планирование в физическом воспитании -это ?

1. заранее намеченная деятельность, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ;

2. предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;

3. упорядоченная деятельность преподавателя по реализации цели обучения, обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков;

4. упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели.

12) Педагогический контроль в физическом воспитании - это ?

1. система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок;

2. прояснение всех обстоятельств протекания дидактического процесса, точное определение его результатов;

3. правильное оценивание знаний, двигательных умений и навыков;

4. целенаправленное, одинаковое для всех занимающихся обследование, проводимое в строго контролируемых условиях, позволяющее объективно измерять изучаемые характеристики педагогического процесса.

13) В каком документе планирования требуется указать универсальные учебные действия обучающихся?

1. годовой план – график и технологическая карта;
2. тематический план и технологическая карта;
3. технологическая карта;
4. тематический план

14) Основным документом, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней, является….

1. учебная программа по физическому воспитанию;
2. учебный план;
3. тематический план;
4. план педагогического контроля и учета.

15) Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку по окончании урока определяется с помощью…

1. оперативного контроля;
2. текущего контроля;
3. итогового контроля;
4. рубежного контроля.

16) В основной части урока физической культуры вначале….

1. закрепляются и совершенствуются усвоенные ранее двигательные умения и навыки;
2. разучиваются новые двигательные действия;
3. выполняются упражнения требующие проявления выносливости;

выполняются упражнения, требующие проявления силы.

Критерии оценивания на экзамене

Оценка	Критерии
«отлично»	Слушатель правильно ответил на 100-90% вопросов тестового контроля
«хорошо»	Слушатель правильно ответил на 89-76% вопросов тестового контроля
«удовлетворительно»	Слушатель правильно ответил на 75-60% вопросов тестового контроля
«неудовлетворительно»	Слушатель правильно ответил на 59% и менее вопросов тестового контроля

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Алхасов, Д.С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам: учебник для среднего профессионального образования / Д.С. Алхасов, С. Н.Амелин. -

Москва: Издательство Юрайт, 2019.- 270 с.- Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08312-5. - Текст электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL: https://urait.ru/bcode/442337

2. Алхасов Д.С. Методика обучения предмету «Физическая культура» [Электронный ресурс]: учебное пособие. В 2 ч. / Д.С. Алхасов.- М.: Юрайт, 2018.

Дополнительная литература:

1. Виленская Т.Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.Е. Виленская. – М.: Юрайт, 2018. – 285 с.

2. Методика обучения физической культуре [Текст]: учебник / Ю.Д. Железняк, И.В. Кулишенко, Е.В. Крякина; под ред. Ю.Д. Железняка.- М.: Издательский центр «Академия», 2014

3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст]: учеб-ник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов.- М.: Издательский центр «Академия», 2016.- 496 с.

2.3.22 Рабочая программа дисциплины «Методика реализации программ дополнительного образования в области ФКиС»

Дисциплина направлена на формирование профессиональных компетенций:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-1.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом

В результате изучения дисциплины слушатель будет

Знать:

- концептуальные положения и требования к организации учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки**.**

Уметь:

- реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: образовательного процесса в организациях дополнительного образования.

Иметь практический опыт по:

- в осуществлении образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с ФГТ и ФССП

Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов
Контактная работа преподавателей со слушателями		**18**
Теоретические занятия **/** занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		10/10
Семинарские занятия / занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения		8/0
Самостоятельная работа слушателя		**22**
Форма аттестации		экзамен
Общая трудоемкость	часы	40

Содержание дисциплины

№ п/п	Раздел/Тема	Содержание занятий / самостоятельной работы	Всего часов
1	Перспективы и правовые основы развития организаций дополнительного	*Всего часов по теме*	**22**
		Теоретические занятия 1-3:	**6**
		1 Структура законодательства по физической культуре и спорту. Конституционные положения о развитии физической культуры и спорта. Федеральный закон РФ.	2

	образования физкультурно-спортивной направленности системы образования Российской Федерации.	*2*	Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» Структура, содержание, требования. Характеристика деятельности, должностные обязанности (методиста, старшего методиста, методиста-инструктора, старшего инструктора – методиста, инструктора по физической культуре, тренера-преподавателя и тп.).	2
		3	Анализ и характеристика современных образовательных технологий при реализации программ дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. Организация учебно-тренировочного процесса по программам дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.	2
		Семинарские занятия 1-2:		**4**
		1	Организационно-методическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.	2
		2	Организация дополнительного образования взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности. Организационно-методическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.	2
		Самостоятельная работа:		**12**
		1. Подготовить презентацию на тему «Инновационные формы оздоровительной физической культуры»		6
		2. Подготовить презентацию «Организационно-педагогические условия реализации дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности». Подготовка к экзамену		6
1.2	Требования, структура и содержание документов планирования при реализации программ дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности	*Всего часов по теме*		**18**
		Теоретические занятия 4-5:		**4**
		4	Сущность и содержание программирования учебно-воспитательного процесса. Общее и различное в программировании и планировании учебно-воспитательного процесса. Назначение программирования. Функции программирования.	2
		5	Дополнительное образование детей в рамках спортивно-оздоровительного этапа в различных видах спорта. Характеристика и содержание спортивно-оздоровительного этапа в различных видах спорта. Цель и задачи. Особенности обучения на спортивно-оздоровительном этапе. Особенности обучения на спортивно-оздоровительном этапе. Основные средства и методы тренировки. Методики контроля	2
		Семинарские занятия 3-4:		**4**
		3	Профессиональный стандарт. Педагог дополнительного образования детей и взрослых. Структура, содержание, требования. Характеристика деятельности, должностные обязанности (методиста, старшего методиста, методиста-инструктора, старшего инструктора – методиста, инструктора по физической культуре, тренера-преподавателя и тп.).	2
		4	Заслушивание докладов по теме «Структура, содержание, требования профессионального стандарта «Тренер».	1
		Самостоятельная работа:		**10**
		1.Подготовить презентацию и доклад на тему: Структура,		6

		содержание, требования профессионального стандарта «Тренер». *2.Нормативно-правовая база проектирования дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности. Подготовка к экзамену*	4
3		*Экзамен*	1
		Итого:	40

Форма аттестации – экзамен

Оценочные средства промежуточной аттестации

Вопросы/ задание к экзамену

1. Перспективы развития организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности системы образования Российской Федерации.
2. Физкультурно-спортивное направление в системе образования. Цель, задачи и реализация дополнительного образования по физкультурно-спортивным программам.
3. Современное состояние дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и перспективы обновления, содержания и технологий.
4. Организации, реализующие дополнительное образование физкультурно-спортивной направленности.
5. Перспективы развития организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности системы образования Российской Федерации.
6. Физкультурно-спортивное направление в системе образования. Цель, задачи и реализация дополнительного образования по физкультурно-спортивным программам.
7. Современное состояние дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и перспективы обновления, содержания и технологий.
8. Организации, реализующие дополнительное образование физкультурно-спортивной направленности.
9. Анализ и характеристика современных образовательных технологий при реализации программ дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.
10. Организация учебно-тренировочного процесса по программам дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.
11. Характеристика современных образовательных технологий при реализации программ дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности
12. Основные современные образовательные технологии, применяемые в области физической культуры и спорта. Характеристика и классификация современных образовательных технологий
13. Роль закона «Об образовании» в развитии физической культуры и спорта. Законы субъектов Российской Федерации. «Положение о расследовании несчастных случаев на занятиях физической культурой», «Закон о защите прав потребителей». Единая Всероссийская спортивная классификация. Календарный план спортивно-массовых мероприятий. Профессиональный стандарт «Тренер». Права и обязанности, трудовые функции. Трудовые отношения работников физкультурно-спортивных организаций.
14. Нормативно-правовая база проектирования дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности
15. Деятельность тренера (педагога) для эффективной реализации программ дополнительного образования детей и взрослых в соответствии с требованиями профессионального стандарта
16. Структура профессиональной деятельности. Компетентностный подход в работе тренера. Принципы организации педагогического процесса. Современные педагогические технологии. Педагогический авторитет и его показатели.
17. Профессиональный стандарт. Педагог дополнительного образования детей и взрослых. Структура, содержание, требования. Характеристика деятельности, должностные обязанности (методиста, старшего методиста, методиста-инструктора, старшего инструктора – методиста, инструктора по физической культуре, тренера-преподавателя и тп.).

18. Структура, содержание, требования профессионального стандарта «Тренер». Тематический рубрикатор дополнительных образовательных программ физкультурно-спортивной направленности

19. Трудовые функции педагога (тренера) дополнительного образования детей и взрослых. Особенности деятельности, основные требования

20. Требования и структура, содержание документов планирования при реализации программ дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. Сущность и содержание программирования учебно-воспитательного процесса. Общее и различное в программировании и планировании учебно-воспитательного процесса. Назначение программирования.

21. Характеристика деятельности тренера по виду спорта. Специфические особенности деятельности тренера. Показатели успешности педагогической деятельности тренера.

22. Характеристика и содержание спортивно-оздоровительного этапа в различных видах спорта. Цель и задачи. Особенности обучения на спортивно-оздоровительном этапе

23. Особенности обучения на спортивно-оздоровительном этапе. Основные средства и методы тренировки. Методики контроля.

24. Организация и методика занятий ФК со взрослым населением. Методика проведения занятий со взрослым населением. Традиционные и инновационные формы оздоровительной физической культуры.

25. Характеристика деятельности тренера по виду спорта. Специфические особенности деятельности тренера. Показатели успешности педагогической деятельности тренера.

26. Характеристика и содержание спортивно-оздоровительного этапа в различных видах спорта. Цель и задачи. Особенности обучения на спортивно-оздоровительном этапе

27. Особенности обучения на спортивно-оздоровительном этапе. Основные средства и методы тренировки. Методики контроля.

28. Организация и методика занятий ФК со взрослым населением. Методика проведения занятий со взрослым населением. Традиционные и инновационные формы оздоровительной физической культуры.

29. Нагрузка и отдых при проведении занятий со взрослым населением. ППФК в поддержании творческого долголетия.

30. Организация дополнительного образования взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности.

31. Организационно-методическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.

Примерные тестовые задания к экзамену

1)Физическое развитие - это ..... ?

1. динамика силы, быстроты, выносливости и других двигательных качеств индивида, происходящая под влиянием многих разнородных факторов.

2. закономерный биологический процесс становления и изменения морфологических и функциональных свойств организма в продолжении индивидуальной жизни, совершенствующийся под влиянием физического воспитания.

3.увеличение массы тела, ростовых параметров, жизненной емкости легких, учащение сердечных сокращений.

2) Физические упражнения - это..... ?

1. двигательные действия, выполняемые в специально определенных условиях, требующих проявления и совершенствования двигательных качеств - точности и координации движений, силы, выносливости, быстроты.

2.направленная повторность действия с целью воздействия на физические и психические свойства человека.

3.наиболее важные положения, которые позволяют эффективно достигнуть поставленную цель.

3) Что входит в понятие "Физическая подготовка "?

1.Педагогически организованный процесс развития физических качеств, необходимых

для успешной спортивной деятельности.

2.Педагогически организованный процесс развития физических качеств, отвечающих специфике избранного вида спорта.

3.Педагогически организованный процесс развития физических качеств, которые не относятся к числу специфических в избранном для специализации виде спорта, но обуславливают успех в нем.

4) Планирование -это ?

1. заранее намеченная деятельность, предусматривающая порядок, последовательность и сроки выполнения работ;
2. предварительная разработка и определение на предстоящую деятельность целевых установок и задач, содержания, методики, форм организации и методов учебно-воспитательного процесса с конкретным контингентом занимающихся;
3. упорядоченная деятельность преподавателя по реализации цели обучения, обеспечение информирования, воспитания, осознания и практического применения знаний, двигательных умений и навыков;
4. упорядочение дидактического процесса по определенным критериям, придание ему необходимой формы для наилучшей реализации поставленной цели.

5) Педагогический контроль - это ?

1. система мероприятий, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок;
2. прояснение всех обстоятельств протекания дидактического процесса, точное определение его результатов;
3. правильное оценивание знаний, двигательных умений и навыков;
4. целенаправленное, одинаковое для всех занимающихся обследование, проводимое в строго контролируемых условиях, позволяющее объективно измерять изучаемые характеристики педагогического процесса.

6) Предмет регулирования Федерального закона «Об образовании в РФ» - это:

1. реализация права на образование;
2. общественные отношения, возникающие в сфере образования в связи с реализацией права на образование, обеспечением государственных гарантий прав и свобод человека в сфере образования и созданием условий для реализации права на образование.
3. реализация права на физическую подготовку
4. все ответы верны.

6)Федеральные государственные образовательные стандарты и федеральные государственные требования обеспечивают:

1. единство образовательного пространства Российской Федерации;
2. преемственность основных образовательных программ;
3. вариативность содержания образовательных программ соответствующего уровня образования, возможность формирования образовательных программ различных уровня сложности и направленности с учетом образовательных потребностей и способностей обучающихся;
4. государственные гарантии уровня и качества образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации основных образовательных программ и результатам их освоения.
5. все ответы верны

7) Реакция организма занимающихся на физическую нагрузку по окончании занятия определяется с помощью…

1. оперативного контроля;
2. текущего контроля;
3. итогового контроля;
4. рубежного контроля.

8) Каковы требования к профессиональному стандарту педагога (тренера)?

1. соответствовать структуре профессиональной деятельности педагога (тренера); побуждать педагога к поиску нестандартных решений; соответствовать международным нормам и регламентам.
2. выполнять требования ФГОС

3. соответствовать нормам СанПиН

4. все ответы верны.

9) Что отражает содержание трудовой функции?

1. необходимые умения.

2. необходимые знания.

3. необходимые знания + необходимые умения + другие характеристики.

4. умение проводить тренировку

10) Трудовые действия в Профессиональном стандарте педагога это.?

1. завершенная совокупность трудовых движений, выполняемых без перерыва рабочими органами человека.

2. совокупность обязательных требований к образованию.

3. совокупность знаний, умений, навыков

4. все ответы верны

11) Уменьшение пульсового давления при нагрузке свидетельствует о:

1. неблагоприятном типе реакции;

2. благоприятном типе реакции;

3. нарушении в деятельности дыхательной системы;

4. появлении переутомления.

12) К коммуникативной компетентности педагога относится одно из следующих умений:

1. выбирать соответствующую ситуации позицию: «над», «под», «на равных»;

2 планировать ход урока;

3. разрабатывать инновационные педагогические технологии;

4 определять критерии оценивания учебных достижений.

13) Макроцикл тренировки включает в себя обычно:

1. от 3 месяцев до 4 месяцев;

2. от двух до несколько занятий;

3. от 2 недель до 6 недель;

4. от 6 месяцев до 1 года.

14) Спорт (в широком понимании) – это:

1. собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в сфере деятельности человека;

2. вид социальной деятельности, направленный на оздоровление человека и развитие его физических способностей;

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.

15) При непредельных физических нагрузках повышение минутного объема кровообращения линейно связанно с:

1. интенсивностью мышечной работы;

2. экономичностью сердечной деятельности;

3 высоким уровнем общей работоспособности;

4. частотой сердечных сокращений.

16) Укажите несуществующий в Российской Федерации спортивный разряд:

1. кандидат в мастера спорта

2. четвертый спортивный разряд

3. второй юношеский спортивный разряд

4. третий юношеский спортивный разряд

17) Официальные физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия это ?

1. физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в Единый календарный план Минспорттуризма России, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований;

2. физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в Единый календарный план Минспорттуризма России;

3. любое мероприятие, если имеется положение о соревновании

4. физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований.

18) При подготовке спортивного резерва устанавливаются следующие этапы многолетней подготовки спортсменов

1. этап общефизической подготовки и этап специальной физической подготовки;

2. начальный, средний и высший;

3. спортивно-оздоровительный этап, этап начальной подготовки, тренировочный, этап совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства;

4. этап начальной подготовки, учебно-тренировочный, этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства.

19) Методика это:

1. совокупность различных методов и средств, обеспечивающих успешность овладения отдельными упражнениями и форм организации занятий;

2. система преподавания и передачи опыта подрастающему поколению;

3. процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования людей для выполнения ими своих социальных обязанностей.

4. это методы организации тренировочного процесса.

20) Какой наиболее информативный способ отбора в спорте?

1. игровой
2. соревновательный
3. многоборный
4. нет верного ответа

Критерии оценивания на экзамене

Оценка	Критерии
«отлично»	Слушатель правильно ответил на 100-90% вопросов тестового контроля
«хорошо»	Слушатель правильно ответил на 89-76% вопросов тестового контроля
«удовлетворительно»	Слушатель правильно ответил на 75-60% вопросов тестового контроля
«неудовлетворительно»	Слушатель правильно ответил на 59% и менее вопросов тестового контроля

Учебно-методическое обеспечение:

Основная литература:

1. Алхасов, Д.С. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам: учебник для среднего профессионального образования / Д.С. Алхасов, С. Н.Амелин. - Москва: Издательство Юрайт, 2019.- 270 с.- Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08312-5. - Текст электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL: https://urait.ru/bcode/442337

2. Алхасов Д.С. Методика обучения предмету «Физическая культура» [Электронный ресурс]: учебное пособие. В 2 ч. / Д.С. Алхасов.- М.: Юрайт, 2018.

Дополнительная литература:

1. Виленская Т.Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.Е. Виленская. – М.: Юрайт, 2018. – 285 с.

2. Методика обучения физической культуре [Текст]: учебник / Ю.Д. Железняк, И.В. Кулишенко, Е.В. Крякина; под ред. Ю.Д. Железняка.- М.: Издательский центр «Академия», 2014

3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст]: учеб-ник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов.- М.: Издательский центр «Академия», 2016.- 496 с.

2.3.23 Рабочая программа «Практики»

Содержание практики направлено на овладение видами деятельности:

ВД 1 - Преподавание по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ВД 2 - Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам;

ВД 3 - Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта.

Содержание практики обеспечивает формирование всех компетенций

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-1.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом

ПК-1.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом

ПК-1.5Способен организовать участие в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях

ПК-1.6Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения

ПК-1.7Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой и спортом

ПК-1.8Способен проводить работы по предотвращению применения допинга в учебно-тренировочном процессе

ПК-1.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта

ПК-2.1 Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-2.3Способен проводить занятия физической культурой

ПК-2.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой;

ПК-2.6Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения

ПК-2.7Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой

ПК-2.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся физической культуре по основным общеобразовательным программам

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом;

ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-3.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта;

ПК-3.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение учебно-тренировочных занятий избранным видом спорта;

ПК-3.5Способен организовать участие в учебно-тренировочных мероприятиях

ПК-3.6Способен формировать осознанное отношение к спортивной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения.

ПК-3.7Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях спортом

ПК-3.8Способен проводить работы по предотвращению применения допинга в спорте

ПК-3.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки в избранном виде спорта.

Содержание практики: практика проводится в образовательных организациях, реализующих основные и/ дополнительные общеобразовательные /общеразвивающие

программы по физической культуре и спорту, в спортивных школах.

Объем практики – 18 час. – 3 дня. В день практическая подготовка соответствует – 6 астрономическим часам. В этот период обучающийся формирует умения и практический опыт, представленный в образцах документов по практике. По окончании практики обучающийся сдает отчет по практике который состоит из титульного листа, перечня видов деятельности, реализуемых на базе практики; рабочего плана проведения практики; индивидуального плана работы на период практики; результатов прохождения практики и заключения.

Последний день практики сокращается на один час (5 часов). Один час остается для проведения зачета в виде защиты отчета по практике в очной форме, в соответствии с расписанием занятий.

Промежуточная аттестация – зачет по практике.

Критерии оценки на зачете:

К зачету по практике допускаются обучающиеся, своевременно и в полном объеме выполнившие программу практики и представившие в указанные сроки всю отчетную документацию (отчет по практике).

В состав комиссии входят не менее 3 человек: заведующий кафедрой (председатель комиссии), руководитель практики от кафедры и декан ФДОиПК. Состав комиссии по приему отчета по практике и срок ее проведения утверждаются распоряжением по деканату ФДОиПК.

Прием зачета по практике представляет собой процедуру, состоящую из устного публичного отчета практиканта, на который ему отводится 5 минут, ответов на вопросы членов комиссии, выступлений членов комиссии. Устный отчет включает: раскрытие целей и задач практики, общую характеристику места практики, описание выполненной работы с количественными и качественными характеристиками.

Критерии оценки деятельности обучающегося во время прохождения практики и защиты отчета по практике.

Аттестация слушателей по итогам прохождения практики проводится на основе оценки их достижений.

Во время защиты отчета по практике, каждый член комиссии оценивает слушателя по следующим критериям:

Оценочный лист слушателя по практике

№	Содержание критерия в отчете по практике	Результаты (баллы)		
		Представлены	Частично представлены	Не представлены
1	Планирование содержания занятий физической культурой и спортом	2	1	0
2	Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;	2	1	0
3	Проведение занятий физической культурой и спортом	2	1	0
4	Организация психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения занятий физической культурой и спортом	2	1	0
5	Организация участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях	2	1	0
6	Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения	2	1	0
7	Обеспечение профилактики травматизма на	2	1	0

	занятиях физической культурой и спортом			
8	Проведение работ по предотвращению применения допинга	2	1	0
9	Проведение контроля и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки	2	1	0
	Итого:	_____баллов		

Каждый член комиссии заполняет оценочный лист на каждого слушателя, задает уточняющие вопросы по представленному материалу и полученном опыте обучающимся. В конце мероприятия все члены анализируют результаты по каждому слушателю и приходят в процессе обсуждения к единому результату (если к единому результату, по какому либо критерию не приходят, то рассчитывается средний балл). Комиссия подсчитывает общую сумму по всем критериям и сравнивает ее с критериальной шкалой.

Также принимается во внимание оценка, данная ему руководителем практики от организации/ вуза.

Критериальная шкала оценки зачета по практике:

«Зачтено»	«Не зачтено»
18-10 баллов	9-0 баллов

Документ по практике 1: титульный лист

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

ОТЧЕТ ПО ПРАКТИКЕ

_____

Фамилия, Имя, Отчество слушателя

«Теория и методика спортивной подготовки и физического воспитания обучающихся»

дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

_____

наименование профильной организации (место практики)

_____

населенный пункт, регион

Сроки практики: _____20__ - _____20____

Ф.И.О. руководителя практики от академии _____

Оценка за практику _____ _____ _____
(ставит руководитель практики от академии) (дата) (подпись)

Чайковский, 20___

Документ по практике 2:

Перечень документов отчета по производственной практике

1. Индивидуальное задание на практику.
2. Дневник по практике.
3. Отзыв руководителя практики.

Документ по практике 3:

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Чайковская государственная академия физической культуры и спорта»
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Индивидуальное задание
для выполнения в период практики

_____
(ФИО слушателя)

слушателя дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Теория и методика спортивной подготовки и физического воспитания обучающихся»
Сроки практики: _____

Задание по практике	ОК, ПК
1. Пройти вводный и первичный инструктаж на рабочем месте по ОТ; инструктаж по пожарной безопасности и другие по требованию профильной организации.	ОК 1-ОК4
2. Встреча и беседа с руководителем организации и коллективом базы практики (заместителями руководителя организации, педагогами дополнительного образования, инструкторами, тренерами, методистами, медицинскими работниками). Ознакомление и анализ нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность организации. Заполнение характеристики нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность организации.	ПК-1.6 ПК-1.9 ПК-2.6 ПК-2.9 ПК-3.6 ПК-3.9
3. Оценка санитарно-гигиенического состояния мест проведения занятий по физической культуре и спорту (учебно-тренировочных занятий) базовой организации, спортивного инвентаря и оборудования. Знакомство с контингентом прикреплённых групп. Участие в работе педагогического или тренерского совета организации, осуществляющей спортивную подготовку. Изучение планирования (перспективное, текущее) и отчетной документации организации. Составление и ведение журнала учета работы с контингентом	ПК-1.6 ПК-2.6 ПК-3.6 ПК-1.9 ПК-2.9 ПК-3.9
4. Посещение и педагогическое наблюдение за учебно-тренировочными занятиями, за деятельностью тренера-преподавателя. Составление педагогического анализа учебно-тренировочных занятий тренера-преподавателя в форме эссе (0,5 стр.)	ПК-1.1 ПК-2.1 ПК-3.1 ПК-1.9 ПК-2.9 ПК-3.9
5. Разработка конспектов учебных/ учебно-тренировочных занятий в группах или	ПК-1.1 ПК-2.1

индивидуально. Проведение учебных/учебно-тренировочных занятий в группах или индивидуально (не менее 1 занятия).	ПК-3.1 ПК 3.8 ПК 1.8
6. Обследование общей и специальной физической подготовленности занимающихся. Заполнение протокола обследования и заключение об уровне физического развития или общей, и специальной физической подготовленности занимающихся, прикреплённой группы.	ПК-1.1 ПК-2.1 ПК-3.1 ПК-1.3 ПК-2.3 ПК-3.3 ПК-1.9 ПК-2.9 ПК-3.9
7. Планирование и проведение массовых физкультурно-спортивного мероприятия или соревнования по видам ВФСК ГТО. Принять участие в судействе по обслуживанию массовых физкультурно-спортивных мероприятий или соревнований по видам ВФСК ГТО. Разработка положения о соревновании/ мероприятии, сметы, с выполненным анализом проведенного мероприятия (отчет).	ПК-1.5 ПК-2.5 ПК-3.2 ПК-3.5 ПК-1.7 ПК-2.7 ПК-3.7
8. Проведение досуговых и анимационных мероприятий активного отдыха в группах различной направленности с различным контингентом занимающихся; или Планирование и посещение совместно с занимающимися прикрепленной группы культурно-массового мероприятия по физической культуре и спорту (например, посещение соревнования по виду спорта, музея или выставки по физической культуре и спорту).	ПК-1.5 ПК-2.6 ПК-3.5 ПК -1.7 ПК-2.7 ПК-3.7
9. Подготовить отчетную документацию по прохождению практики, согласовать ее и подписать у руководителя от Академии	ОК1- ОК4
10. Защита отчета по практике	ОК1, ОК4

Подпись слушателя _____ _____
(ФИО)

Руководитель практики

_____ _____
(ФИО, должность)

Документ по практике 4:

ДНЕВНИК
прохождения практики

Дата	Вид и содержание работы
	Прохождение вводного инструктажа и первичного инструктажа на рабочем месте; инструктажа по пожарной безопасности. Встреча и беседа с руководителем организации и коллективом базы практики (заместителями руководителя организации, педагогами дополнительного образования, инструкторами, тренерами, методистами, медицинскими работниками). Составление индивидуального плана работы, рабочего плана на период практики. Ознакомление и анализ нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность организации. Заполнение характеристики нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность организации. Оценка санитарно-гигиенического состояния мест проведения занятий по физической культуре и спорту (учебно-тренировочных занятий) базовой организации, спортивного инвентаря и оборудования. Знакомство с контингентом прикреплённых групп. Участие в работе педагогического или тренерского совета организации,

	осуществляющей спортивную подготовку. Изучение планирования (перспективное, текущее) и отчетной документации организации. Составление и ведение журнала учета работы с контингентом Заполнение дневника практики.
	Участие в работе педагогического или тренерского совета организации, осуществляющей спортивную подготовку. Изучение планирования (перспективное, текущее) и отчетной документации организации. Составление и ведение журнала учета работы с контингентом Посещение и педагогическое наблюдение на учебно-тренировочных занятиях за деятельностью тренера. Составление педагогического анализа занятия тренера в форме эссе (0,5 стр.). Разработка конспектов учебно-тренировочных занятий в группах или индивидуально. Проведение учебно-тренировочных занятий в группах или индивидуально (не менее 1 занятия). Планирование и проведение массовых физкультурно- спортивного мероприятия или соревнования по видам ВФСК ГТО. Принять участие в судействе по обслуживанию массовых физкультурно-спортивных мероприятий или соревнований по видам ВФСК ГТО. Разработка положения о соревновании/ мероприятии, сметы, с выполненным анализом проведенного мероприятия (отчет). Заполнение дневника практики.
	Обследование общей и специальной физической подготовленности занимающихся. Заполнение протокола обследования и заключение об уровне физического развития или общей, и специальной физической подготовленности занимающихся, прикреплённой группы. Проведение досуговых и анимационных мероприятий активного отдыха в группах различной направленности с различным контингентом занимающихся; или Планирование и посещение совместно с занимающимися прикрепленной группы культурно-массового мероприятия по физической культуре и спорту (например, посещение соревнования по виду спорта, музея или выставки по физической культуре и спорту). Подготовка и защита отчета по практике.

Руководитель практики

_____ _____

(ФИО, должность)

Документ по практике 5

ОТЗЫВ

о прохождении практики

слушателя _____

(ФИО)

Обучающегося по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки «Теория и методика спортивной подготовки и физического воспитания обучающихся»

Место прохождения практики_____

В должности: практиканта

Сроки практики _____

Оценка освоения компетенций обучающимся

ПК	Трудовые функции из ОТФ, код	**Оценка результата** (нужное подчеркнуть)	**Подпись руководителя практики**
Вид деятельности: *Преподавание по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта*			
ПК-1.1 - ПК-1.9	Планирование содержания занятий физической культурой и спортом А/01.6	сформирована / не сформирована	
	Проведение занятий физической культурой и спортом А/03.6	сформирована / не сформирована	
	Психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом А/04.6	сформирована / не сформирована	
	Организация участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях А/05.6	сформирована / не сформирована	
Вид деятельности: *Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам*			
ПК-2.1 - ПК-2.9	Планирование содержания занятий физической культурой и спортом А/01.6	сформирована / не сформирована	
	Проведение занятий физической культурой и спортом А/03.6	сформирована / не сформирована	
	Психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом А/04.6	сформирована / не сформирована	
	Организация участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях А/05.6	сформирована / не сформирована	
Вид деятельности: *Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта*			
ПК-3.1 - ПК-3.9	Обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом А/07.6	сформирована / не сформирована	
	Проведение работы по предотвращению применения допинга А/08.6	сформирована / не сформирована	
	Осуществление контроля и учета подготовленности с использованием методик измерения и оценки А/09.6	сформирована / не сформирована	
	Осуществление организации и судейства соревнований по виду спорта и физкультурно-спортивных тестовых мероприятий с населением А/10.6	сформирована / не сформирована	

Итоговая отметка за прохождение практики _____
(ставит руководитель по месту практики)

Руководитель практики от академии _____/_____/
подпись *ФИО*

3 ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

3.1 Форма итоговой аттестации и оценочные материалы

Цель итоговой аттестации

Целью итоговой аттестации является установление уровня подготовки слушателя к выполнению профессиональных задач и соответствия его подготовленности к требованиям профессионального стандарта «Тренер-преподаватель», утвержденного приказом Минтруда России от 24.12.2020 N 952н.

Основная цель вида профессиональной деятельности: организация и проведение со спортсменами тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов; преподавание

предметной области физической культуры по основным образовательным и дополнительным общеобразовательным программам; физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья детей и взрослых

Обобщенная трудовая функция: Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся

Новые профессиональные компетенции:

ПК-1.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;

ПК-1.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-1.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия физической культурой и спортом

ПК-1.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом

ПК-1.5Способен организовать участие в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях

ПК-1.6Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения

ПК-1.7Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой и спортом

ПК-1.8Способен проводить работы по предотвращению применения допинга в учебно-тренировочном процессе

ПК-1.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта

ПК-2.1 Способен планировать содержание занятий физической культурой.

ПК-2.3Способен проводить занятия физической культурой

ПК-2.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой;

ПК-2.6Способен формировать осознанное отношение к физкультурной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения

ПК-2.7Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой

ПК-2.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности обучающихся физической культуре по основным общеобразовательным программам

ПК-3.1 Способен планировать содержание учебно-тренировочных занятий спортом;

ПК-3.2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией;

ПК-3.3Способен проводить учебно-тренировочные занятия в избранном виде спорта;

ПК-3.4Способен организовать психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение учебно-тренировочных занятий избранным видом спорта;

ПК-3.5Способен организовать участие в учебно-тренировочных мероприятиях

ПК-3.6Способен формировать осознанное отношение к спортивной деятельности, мотивационно-ценностную ориентацию и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения.

ПК-3.7Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях спортом

ПК-3.8Способен проводить работы по предотвращению применения допинга в спорте

ПК-3.9Способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки в избранном виде спорта

Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Теория и методика спортивной подготовки и физического

воспитания обучающихся» осуществляется аттестационной комиссией в форме *защиты итоговой аттестационной работы.*

К итоговым аттестационным испытаниям допускаются слушатели, успешно завершившие, в полном объёме, освоение дополнительной профессиональной программы.

Объём итоговой аттестации в соответствии с учебным планом составляет 24 часа: 18 часов на подготовку итоговой аттестационной работы (ИАР) и 6 часов на подготовку доклада, презентации и защиту ИАР.

Проведение итоговой аттестации является способом определения соответствия результатов освоения слушателями ДПП планируемым результатам обучения и имеет своей целью показать способность и умение слушателей, опираясь на полученные знания, сформированные умения, профессиональные компетенции, самостоятельно решать на современном уровне задачи новой профессиональной деятельности, профессионально излагать специальную информацию, аргументировать и защищать свою точку зрения.

При условии успешного прохождения итогового аттестационного испытания, слушателю присваивается квалификация «тренер-преподаватель» и выдается документ установленного образца о квалификации (диплом о профессиональной переподготовке).

Рекомендации по выполнению итоговой аттестационной работы

Итоговая аттестационная работа представляет собой самостоятельную и логически завершённую работу, связанную с решением задач тех видов деятельности, к которым готовится слушатель.

Тематика итоговой аттестационной работы должна быть направлена на решение профессиональных задач в соответствии с видами профессиональной деятельности.

При выполнении итоговой аттестационной работы, слушатели должны показать свои знания, умения, опираясь на полученные сформированные профессиональные компетенции и трудовые действия, самостоятельно решать на современном уровне задачи профессиональной деятельности, профессионально излагать специальную информацию, научно аргументировать и защищать свою точку зрения.

1. Тема итоговой аттестационной работы должна соответствовать направленности ДПП профессиональной переподготовки.
2. Приоритетными являются темы итоговой аттестационной работы, рекомендуемые кафедрой или работодателем. Перечень рекомендуемых кафедрой тем может ежегодно обновляться, в зависимости от тенденций развития отросли и актуальных требований деятельности.
3. Слушателю предоставляется право самостоятельного выбора темы итоговой аттестационной работы на основе утверждённого перечня или возможность разработки темы, не вошедшей в перечень, при обосновании её актуальности и целесообразности.
4. Тема итоговой аттестационной работы и руководитель должны быть определены на 3-4 неделе обучения и оформлены распоряжением по деканату.

Итоговая аттестационная работа представляется в печатном виде, на русском языке и должна иметь чёткую структуру:

- введение,
- 2-3 главы,
- заключение (выводы),
- список литературы,
- при необходимости – приложения.

Текст работы начинается с титульного листа. На следующей странице даётся оглавление (содержание) работы с перечислением написанных глав, параграфов, разделов, приложений с указанием страниц. Оглавление должно включать все заголовки, имеющиеся в работе. Формулировка их должна точно соответствовать содержанию работы, быть краткой, чёткой, последовательно и точно отражать ее внутреннюю логику. Во введении автор должен обосновать актуальность, цель и задачи работы. В главах работы автор раскрывает содержание работы, анализирует его проведение и результаты, наиболее значимые проблемы и способы их решения. Тематика работы должна соответствовать направленности ДПП профессиональной переподготовки.

Итоговая аттестационная работа оформляется в соответствии с требованиями к оформлению научных и учебных работ. Все листы работы, начиная с введения, нумеруются.

Нумерация страниц должна быть сквозной. Список литературы также необходимо включать в сквозную нумерацию. Каждый из разделов ИАР начинается с новой страницы. В начале каждого заголовка ставится соответствующий номер. Итоговые аттестационные работы могут включать различные графические иллюстрации (карты, графики, схемы, таблицы, рисунки, фотоиллюстрации и т.п.). Они размещаются сразу же после ссылки на них в тексте работы, а при большом количестве их можно помещать в приложениях. Каждая иллюстрация сопровождается подписью. Допускаются приложения к ИАР в виде аудио-, видео- и др. материалов, мультимедийных презентаций и т.п.

Примерная тематика итоговых аттестационных работ по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки «Теория и методика спортивной подготовки и физического воспитания обучающихся» составлена в соответствии с трудовыми функциями профессионального стандарта:

1. Особенности планирования содержания занятий физической культурой / видом спорта/ спортивной дисциплины (указать возраст занимающихся/ возрастную группу или этап спортивной подготовки).
2. Содержание занятий физической культурой / видом спорта/спортивной дисциплины (указать возраст занимающихся/ возрастную группу или этап спортивной подготовки).
3. Особенности организации и проведения мероприятия спортивной ориентации / спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целью программы.
4. Методика проведения занятий физической культурой /спортом.
5. Особенности организации психолого-педагогического/ информационного/ технического сопровождения занятий физической культурой и/ спортом.
6. Организация участия в спортивных соревнованиях/ в спортивных и/ физкультурных мероприятиях (указать возраст занимающихся и /этап спортивной подготовки)
7. Методика или особенности формирования осознанного отношения занимающихся к физкультурной / спортивной деятельности,
8. Методика или особенности формирования мотивационно-ценностной ориентации и/ установок на ведение здорового образа жизни/ моральные ценности честной спортивной конкуренции.
9. Методика воспитания социально значимых личностных качеств у занимающихся физической культурой/видом спорта для профилактики негативного социального поведения.
10. Особенности обеспечения профилактики травматизма на занятиях физической культурой / спортом.
11. Особенности проведения работ среди занимающихся спортом по предотвращению применения допинга.
12. Контроль и учет подготовленности занимающихся с использованием методик измерения и оценки (выбрать возраст занимающихся и определиться с методиками измерения и оценки).
13. Средства и методы тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта
14. Средства и методы обучения/ воспитания/ развития/ образовательные технологии в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых.
15. Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры.
16. Особенности планирования образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта.

4 ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

4.1 Материально-технические условия

Требуется аудитория, укомплектованная для проведения лекционных и семинарских занятий с учетом применения дистанционных образовательных технологий.

Требования к оснащению аудитории и подготовленности слушателей:

1. Аудитория вместимость – 35-50 человек;
2. В аудитории: ноутбук, проектор и экран для показа демонстрационного материала, веб камера, петличный микрофон (по необходимости);
3. Для семинарских занятий – спортивное оборудование и инвентарь (по теме занятий).
4. *Для слушателей* наличие установленных на компьютере приложений и программ: устойчивый сигнал Интернет, приложение Telegram для Windows, приложение Microsoft Word (Ворд), программы Microsoft Excel и PowerPoint, наличие веб камеры и микрофона.

4.2 Кадровые условия

Реализация ДПП ПП обеспечивается педагогическими работниками Академии, а также лицами, привлекаемыми к реализации дополнительной образовательной программы на иных условиях, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует одной из областей профессиональной деятельности. Наличие ученой степени и звания по усмотрению организаторов курсов.

4.3 Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение

Основная и дополнительная литература представлены в рабочих программах дисциплин. Слушатели с первого дня обучения подключаются к электронной библиотеке академии. Для этого список группы со сроком обучения передается в библиотеку. Слушатели самостоятельно регистрируются на сайте академии и получают доступ на весь период обучения.

Официальный сайт академии для регистрации в библиотеке: https://chgafkis.ru/biblioteka/

По вопросам использования имеющихся ресурсов обращаться в библиотеку ЧГАФКиС.

Рекомендуемые ресурсы для использования ЭБС:

- НЭБ
- Образовательная платформа "Юрайт"
- ЭБС ZNANIUM и сервис Discovery
- Для вашего комфортного пользования на сайте имеется ряд полезных ссылок:
- Инструкции по работе в ЭБС new.znanium.com, которые помогут Вам в процессе работы.
- Вебинары, где Вы дистанционно сможете записаться на любую понравившуюся онлайн-трансляцию и в процессе вебинара задать вопрос нашим спикерам, а так же узнать для себя много интересного.
- Техническая поддержка, наши специалисты окажут содействие в решении затруднительных ситуаций.
- Академические библиотеки России
- ЭБС «Проспект»
- РУКОНТ : электронно-библиотечная система