Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
Дата и время: 2024-02-21 00:00:00
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35e9d50310dcf0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Кемеровский государственный университет»

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

«УТВЕРЖДАЮ»
Декан ФФКЕП
_____ В.А. Рябов
«15» марта 2022г.

Рабочая программа дисциплины

К.М.07.01.11 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование

Код, название дисциплины

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Код, название направления

Направленность (профиль) подготовки
Физическая культура и Дополнительное образование (спортивная подготовка)

Программа **бакалавриата**

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
очная

Год набора **2022**

Новокузнецк 2022

Содержание

1. Цель дисциплины. 3
1.1. Формируемые компетенции 3
1.2. Индикаторы достижения компетенций 3
1.3. Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине 4
2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации. 5
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины. 5
3.1. Учебно-тематический план 5
3.2. Содержание занятий по видам учебной работы 6
4. Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации. 10
5. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины. 12
5.1. Учебная литература 12
5.2. Программное и информационное обеспечение освоения дисциплины. .. 12
5.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы. 13
5.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы. 13
6. Иные сведения и (или) материалы. 13
6.1 Примерные темы письменных учебных работ..... 13
6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации 14

1. Цель дисциплины.

Целью изучения дисциплины К.М.07.01.11 «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» является совершенствование профессиональной и спортивной подготовки студентов на основе одного из базовых физкультурно-спортивных видов, способствовать социализации, формированию общей культуры личности для осуществления процесса обучения физической культуре в физкультурно-спортивных организациях.

Задачи:

– ознакомить с технологией труда педагога по физической культуре и спортивного тренера;

– совершенствовать профессиональные умения физкультурно-спортивной деятельности на модели избранного вида спорта;

– сформировать технико-тактический арсенал избранного вида спорта и повысить уровень физической подготовленности;

– обеспечить достаточный уровень спортивной подготовки.

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалавриата: ОПК-8.

Содержание компетенций как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 2.

1.1. Формируемые компетенции

Таблица 1. Формируемые дисциплиной компетенции

Наименование вида компетенции	Наименование категории (группы) компетенций	Код и название компетенции
общепрофессиональная	Научные основы педагогической деятельности.	ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний.

1.2. Индикаторы достижения компетенций

Таблица 2. Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Применяет специальные научные знания предметной области в педагогической деятельности по профилю подготовки. ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в предметной области	К.М.03.01 Возрастная анатомия и физиология К.М.04.01 Педагогика К.М.04.02 Психология К.М.04.05(П) Психолого-педагогическая практика К.М.07.01.01 Динамическая анатомия К.М.07.01.02 Теория и методика обучения плаванию К.М.07.01.03 Теория и методика обучения гимнастике К.М.07.01.04 Спортивная биохимия К.М.07.01.05 Спортивная физиология К.М.07.01.06 Теория и методика обучения дисциплинам легкой атлетики К.М.07.01.07 Биомеханика и спортивная метрология К.М.07.01.08 Теория и методика обучения спортивным играм

		К.М.07.01.09 Теория и методика обучения единоборствам К.М.07.01.10 Теория и методика обучения спортивным танцам **К.М.07.01.11 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование** К.М.08.01.06 Теория соревновательной деятельности К.М.08.01.07 Возрастные основы здоровья К.М.08.01.11 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности К.М.08.01.13 Восстановительные средства в физической культуре и спорте К.М.09.01(У) Технологическая практика. Спортивные игры К.М.09.02(У) Технологическая практика. Лыжная подготовка К.М.09.06(П) Педагогическая практика. Основная школа К.М.09.07(П) Педагогическая практика. Старшая школа К.М.09.08(П) Педагогическая практика. Группы начальной подготовки К.М.09.09(П) Педагогическая практика. Группы спортивного совершенствования.

1.3. Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3. Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Применяет специальные научные знания предметной области в педагогической деятельности по профилю подготовки. ОПК-8.2 Владеет методами научного исследования в предметной области	**Знает:** - специальные научные знания в т.ч. в предметной области. **Умеет:** - осуществлять трансформацию специальных научных знаний в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся; - осуществлять урочную и внеурочную деятельность в соответствии с предметной областью согласно освоенному профилю (профилям) подготовки. **Владеет:** методами научно-педагогического исследования в предметной области; - методами анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний.

2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.

Таблица 4. Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий.

Общая трудоемкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов
1. Общая трудоемкость дисциплины	324
2. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	111
Аудиторная работа (всего):	111
в том числе:	
лекции	26
практические занятия, семинары	82
практикумы	
лабораторные работы	
в интерактивной форме	
в электронной форме	
Внеаудиторная работа (всего):	
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем	
подготовка курсовой работы /контактная работа	3
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)	
творческая работа (эссе)	
3. Самостоятельная работа обучающихся (всего)	141
4. Промежуточная аттестация обучающегося	72 (семестр 8 – экзамен; семестр 9 – экзамен)

3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

3.1. Учебно-тематический план

Таблица 5. Учебно-тематический план очной формы обучения.

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость *(всего час.)*	Трудоемкость занятий (час.)			Формы[1] текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц.	практ.		
Семестр 8.						
Раздел 1. Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту						
1.1.	Деятельность педагога по физической культуре, тренера по виду спорта, основные составляющие его профессионализма.	38	4	14	20	УО, ПР, ПР -1, ПР-4, ИЗ
1.2.	Спорт и его роль в обществе, функции, типы, виды спорта.	38	4	14	20	УО, ИЗ
Раздел 2. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств						
2.1.	Тренировка и тренировочная деятельность в	32	6	14	12	УО, ПР,

[1] УО - устный опрос, УО-1 - собеседование, УО-2 - коллоквиум, УО-3 - зачет, УО-4 – экзамен, ПР - письменная работа, ПР-1 - тест, ПР-2 - контрольная работа, ПР-3 эссе, ПР-4 - реферат, ПР-5 - курсовая работа, ПР-6 - научно-учебный отчет по практике, ПР-7 - отчет по НИРС, ИЗ – индивидуальное задание.

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость *(всего час.)*	Трудоемкость занятий (час.)			Формы[1] текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц.	практ.		
	физической культуре и спорте					ПР -1, ПР-4, ИЗ
	Промежуточная аттестация	36				УО-4
	Итого по семестру 8:	**144**	**14**	**42**	**52**	
Семестр 9.						
Раздел 3. Освоение системы профессионально значимых двигательных действий и повышение уровня спортивных достижений						
3.1.	Многолетняя подготовка спортсменов. Принципы спортивной тренировки	18	2	6	10	УО, ПР, ПР -1, ИЗ
3.2.	Циклический характер структуры тренировочного процесса.	18	2	6	10	УО, ПР-4, ИЗ
3.3.	Соревнования и соревновательная деятельность в спорте.	18	2	6	10	УО, ПР-4, ИЗ
Раздел 4. Интегрирующая роль педагогического физкультурно-спортивного совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре						
4.1.	Спортивная ориентация и отбор. Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях.	18	2	6	10	УО, ПР, ПР -1, ПР-4, ИЗ
4.2.	Управление подготовкой спортсменов	16	2	4	10	УО, ИЗ
4.3.	Моделирование и прогнозирование в спортивной тренировке.	16	2	4	10	УО, ИЗ
4.4.	Планирование как функция управления.	19		4	15	УО, ИЗ
4.5.	Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга	18		4	14	УО, ПР-4, ИЗ
	Курсовой проект	3				ИЗ
	Промежуточная аттестация	36				УО-4
	Итого по семестру 9:	**180**	**12**	**40**	**89**	
	Всего:	**324**	**26**	**82**	**141**	

3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 6. Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
Содержание лекционного курса		
Раздел 1. Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту		
1.1.	Деятельность педагога по физической культуре, тренера по виду спорта, основные составляющие его профессионализма.	Научное содержание и современное состояние дисциплины. Деятельность педагога по физической культуре, тренера по виду спорта, основные составляющие их профессионализма. Особенности деятельности педагога по физической культуре, тренера по виду спорта. Требования к профессиональной деятельности современного педагога и тренера. Функции педагога по физической культуре, тренера по виду спорта.
1.2.	Спорт и его роль в обществе, функции, типы, виды спорта.	Спорт и его роль в обществе, функции, типы, виды спорта. Социальные функции спорта. Типология современного спорта на основе психологических и социально-экономических характери-

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		стик. Международные спортивные организации и спортивная политика на современном этапе. Спорт как отрасль общественного производства. Социальная значимость физической культуры и спорта в современных условиях развития России.
Раздел 2. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств		
2.1.	Тренировка и тренировочная деятельность в физической культуре и спорте	Физическая подготовка. Технология физической подготовки. Задачи, средства, методы. Структура и методика развития физических качеств. Спортивная техника как система элементов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности. Спортивная стратегия и тактика. Организация коллективных и индивидуальных действий.
Раздел 3. Освоение системы профессионально значимых двигательных действий и повышение уровня спортивных достижений		
3.1.	Многолетняя подготовка спортсменов. Принципы спортивной тренировки	Спортивная тренировка, как основная форма подготовки спортсмена. Цель спортивной тренировки, ее задачи. Средства, методы спортивной тренировки. Содержание и основные положения современной методики технической, тактической, физической, психологической, интегральной подготовки спортсменов. Общепедагогические принципы спортивной тренировки. Специфические принципы спортивной тренировки. Особенности структуры годичного соревновательно-тренировочного цикла подготовки. Принципы спортивной тренировки. Направленность на максимально возможные достижения, углубленная специализация и индивидуализация. Единство общей и специальной подготовки. Непрерывность тренировочного процесса. Волнообразность динамики нагрузок. Соревновательно-соотнесенная цикличность тренировочного процесса.
3.2.	Циклический характер структуры тренировочного процесса.	Циклический характер структуры тренировочного процесса: малые (микро-), средние(мезо-), большие(макро-) циклы. Спортивная тренировка как многолетний процесс. Цели, задачи, направления.
3.3.	Соревнования и соревновательная деятельность в спорте.	Сущность спортивных соревнований и их направленность. Цели и задачи соревнований. Структура соревновательной деятельности. Система соревнований, классификация соревнований (на материале избранного вида спорта).
Раздел 4. Интегрирующая роль педагогического физкультурно-спортивного совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре		
4.1.	Спортивная ориентация и отбор. Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях.	Спортивная ориентация и отбор. Критерии определения спортивной пригодности. Методы и критерии отбора. Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях Генетические аспекты отбора. Начальный отбор для занятий видом спорта. Углубленный отбор с дифференциацией на основе изучения индивидуальных особенностей спортсменов: задачи, методы и организация. Отбор для участия в ответственных соревнованиях: задачи, методы, организация. Связь отбора с модельными характеристиками соревновательной и тренировочной деятельности спортсменов Средства восстановления в спорте. Определение понятий утомление и восстановление. Педагогические, психологические, медико-биологические, профилактико-реабилитационные средства восстановления в спорте.

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		Комплексное применение средств восстановления. Регидратационные напитки в системе коррекции функционального состояния организма. Влияние компонентов внешней среды на повышение работоспособности. Определение фаз восстановления по данным ЧСС.
4.2.	Управление подготовкой спортсменов	Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов. Комплексный подход к организации тренировочного процесса.
4.3.	Моделирование и прогнозирование в спортивной тренировке.	Содержание модельных характеристик по основным компонентам соревновательной деятельности спортсменов различной квалификации.
4.4.	Планирование как функция управления.	Особенности форм и способов перспективного этапного и краткосрочного планирования. Масштабы и аспекты планирования. Планирование как инструмент оптимального построения тренировочного процесса. Планирование изучения программного материала в многолетнем аспекте, в годичном цикле, по этапам, неделям, отдельным тренировочным занятиям.
4.5.	Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга	Комплексный контроль как функция управления. Коллективное и индивидуальное управление подготовкой спортсменов. Поэтапный контроль (цели, задачи, критерии, методы, организация). Текущий контроль (цели, задачи, критерии, методы, организация). Оперативный контроль (цели, задачи, критерии, методы, организация). Педагогические, психологические, медико-биологические средства и методы контроля. Организация контроля в зависимости от уровня подготовленности. Реализация документов программирования подготовки спортсменов. Коррекция хода тренировочного процесса в зависимости от результатов контроля. Методы, средства, приемы коррекции хода тренировочного процесса.
	Содержание практических занятий	
Раздел 1. Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту		
1.1.	Деятельность педагога по физической культуре, тренера по виду спорта, основные составляющие его профессионализма.	Уровни деятельности современного педагога и тренера. Стили мышления современного педагога- тренера. Структура личности современного педагога-тренера. Шкала умений педагог-тренера. Понятие профессионализма в сфере физического воспитания и спорта. Составляющие профессионализма Уровни деятельности современного педагога и тренера. Суть педагогической деятельности преподавателя-тренера с точки зрения акмеологии. Методы индивидуальной работы со спортсменами. Направления индивидуальной работы со спортсменами. Структура индивидуальной работы со спортсменами. Врачебно-педагогический контроль за состоянием здоровья занимающихся спортом. Организация контроля. Формы контроля. Методики контроля. Приемы контроля.
1.2.	Спорт и его роль в обществе, функции, типы, виды спорта.	Концепция развития физической культуры и спорта в современных условиях развития России. Организация спорта на различных уровнях. Организация занятий физической культурой и спортом в оздоровительных целях. Организация занятий физической культурой и спортом в рекреационных целях. Организация занятий физической культурой и спортом в оздоровительных целях. Особенности организации занятий физической культурой с лицами пожилого возраста в оздоровительных целях. Спорт в системе физкультурного образования: общего и профес-

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		сионального. Организация занятий физической культурой и спортом в ВУЗах.
Раздел 2. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств		
2.1.	Тренировка и тренировочная деятельность в физической культуре и спорте	Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков и совершенствования технико-тактического мастерства. Технология обучения технике спортивных двигательных действий. Структура обучения, задачи, средства и методы на этапах обучения. Технология обучения тактике. Задачи, средства, методы тактической подготовки.
Раздел 3. Освоение системы профессионально значимых двигательных действий и повышение уровня спортивных достижений		
3.1.	Многолетняя подготовка спортсменов. Принципы спортивной тренировки	Методы проведения спортивной тренировки. Классификация методов. Особенности построения тренировочного процесса и использования методов спортивной тренировки в зависимости от специфики вида спорта Тренировочные средства в решении задач физического воспитания. Классификация тренировочных средств. Особенности построения тренировочного процесса и использования средств спортивной тренировки в зависимости от специфики вида спорта. Основные характеристики упражнения. Специфика построения тренировки с учетом особенностей вида спорта, соревновательной практики, всей системы подготовки.
3.2.	Циклический характер структуры тренировочного процесса.	Структура макроцикла. Виды макроциклов. Особенности организации. Структура мезоцикла. Виды мезоциклов. Особенности организации. Структура микроцикла. Типы микроциклов. Особенности организации
3.3.	Соревнования и соревновательная деятельность в спорте.	Правила, положения, календари соревнований и классификационные системы как организующие факторы в спорте. Положения о проведении соревнований. Правила соревнований (на примере избранного вида спорта). Особенности календарного плана соревновательной деятельности. Классификационные системы их универсальность.
Раздел 4. Интегрирующая роль педагогического физкультурно-спортивного совершенствования в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре		
4.1.	Спортивная ориентация и отбор. Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях.	Этапы, критерии, методики отбора (на примере избранного вида спорта). Дифференцирование тренировочных нагрузок на основе сроков восстановления. Приемы дифференцирования нагрузок (на примере избранного вида спорта) Питание спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта. Рацион питания и особенности мышечной деятельности в зависимости от специфики вида спорта. Применение фармакологических средств восстановления в спорте. Проблема целостной организации фармакологического обеспечения мышечной деятельности. Принципы применения фармакологических средств восстановления в спорте. Классификация фармакологических средств восстановления в спорте. Применение фармакологических средств восстановления в спорте и питание спортсмена.
4.2.	Управление подготовкой спортсменов	Программирование тренировочного процесса в годичном цикле подготовки спортсмена. Этапы и продукты программирования.
4.3.	Моделирование и прогнозирование в спортивной тренировке.	Модельные характеристики тренировочной деятельности. Структура, компоненты моделей.
4.4.	Планирование как функция	Общие правила и положения реализации спортивной подготовки

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
	управления.	Предпосылки к планированию. Особенности форм и способов перспективного, этапного и краткосрочного планирования Управление обучающимися в учебном процессе, в тренировке и соревнованиях. Тренировочный процесс как объект управления.
4.5.	Коррекция тренировочного процесса на основе результатов мониторинга	Приемы получения специальной информации в работе тренера и спортсмена. Деятельность научных бригад по обеспечению тренировочного процесса. Использование специальной информации в работе тренера и спортсмена. Методы получения специальной информации. Контроль тренированности спортсмена. Методики и приемы самоконтроля спортсмена. Определение частоты сердечных сокращений. Контроль веса спортсмена. Определение желания тренироваться или участвовать в соревнованиях. Определение работоспособности в избранном виде спорта. Самостоятельное измерение уровня развития некоторых двигательных качеств. Дневник самоконтроля спортсмена. Структура дневника. Способы ведения дневника. Анализ дневника.
Промежуточная аттестация - *экзамен*		

4. Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы.

Таблица 7. Распределение баллов по видам учебной деятельности обучающихся (включая промежуточную аттестацию) в балльно-рейтинговой системе оценки

Составляющие учебной работы	Сумма баллов	Учебная деятельность студента	Оценка в аттестации	Баллы
Семестр 5.				
Текущая учебная работа в семестре	**80**	Посещение лекций по расписанию (14 лекций)	**2 балла** посещение одного лекционного занятия	2-28
		Практические занятия (11 занятий)	**1 балл** - посещение 1 практического занятия и выполнение работы на 51-65% **3 балла** – посещение 1 занятия и существенный вклад на занятии в работу всей группы, самостоятельность и выполнение работы на 85,1-100%	11 - 33
		Реферат	**8 баллов** (выполнено 51 - 65% заданий) **8,5 баллов** (выполнено 66 - 85% заданий) **9 баллов** (выполнено 86 - 100% заданий)	8-9

		Контрольные работы (отчет о выполнении контрольной работы) (6 работ)	**За одну КР:** **4 балла** (пороговое значение) **5 баллов** (максимальное значение)	24-30
Итого по текущей работе в семестре				51 - 100
Промежуточная аттестация (экзамен)	20 (100 баллов приведенной шкалы)	Тест.	**10 баллов** (пороговое значение) **20 баллов** (максимальное значение)	10-20
Итого по промежуточной аттестации				20 – 40 б.
Семестр 6.				
Текущая учебная работа в семестре	**80**	Посещение лекций по расписанию (7 лекций)	**2 балла** посещение одного лекционного занятия	2-14
		Практические занятия (14 занятий)	**1 балл** - посещение 1 практического занятия и выполнение работы на 51-65% **3 балла** – посещение 1 занятия и существенный вклад на занятии в работу всей группы, самостоятельность и выполнение работы на 85,1-100%	14 - 42
		Реферат	**8 баллов** (выполнено 51 - 65% заданий) **8,5 баллов** (выполнено 66 - 85% заданий) **9 баллов** (выполнено 86 - 100% заданий)	8-9
		Контрольные работы (отчет о выполнении контрольной работы) (9 работ)	**За одну КР:** **3 балла** (пороговое значение) **4 балла** (максимальное значение)	27-36
Итого по текущей работе в семестре				51 - 100
Промежуточная аттестация (экзамен)	20 (100 баллов приведенной шкалы)	Тест.	**10 баллов** (пороговое значение) **20 баллов** (максимальное значение)	10-20
Итого по промежуточной аттестации				20 – 40 б.

5. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.

5.1. Учебная литература

Основная учебная литература:

1. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. – Москва : Юрайт, 2017. – 493 с. – (Серия : Бакалавр и специалист). – ISBN 978-5-534-00329-1. – URL: https://urait.ru/bcode/398758 (дата обращения: 19.11.2020). Текст : электронный.

2. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / А. Б. Муллер [и др.]. – Москва : Издательство Юрайт, 2018. – 424 с. – (Бакалавр. Прикладной курс). – ISBN 978-5-534-02483-8. – URL: https://urait.ru/bcode/412791 (дата обращения: 19.11.2020). Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература:

1. Манжелей, И. В. Физическая культура : компетентностный подход : учебное пособие / И. В. Манжелей, Е. А. Симонова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 183 с. – ISBN 978-5-4475-5233-6. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364912 (дата обращения: 19.11.2020). Текст : электронный.

2. Григорович, Е. С. Физическая культура : учебное пособие / Е. С. Григорович, В. А. Переверзев, К. Ю. Романов ; под ред. Е. С. Григоровича, В. А. Переверзева. – 4-е издание, испр. – Минск : Вышэйшая школа, 2014. – 350 с. – ISBN 978-985-06-2431-4. – URL: https://znanium.com/catalog/product/509590 (дата обращения: 19.11.2020). Текст : электронный.

3. Кобяков, Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни : учебное пособие / Ю. П. Кобяков. –2-е издание. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. – 252 с. – Текст : непосредственный.

5.2. Программное и информационное обеспечение освоения дисциплины.

Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях КГПИ КемГУ:

1.	**109** Учебная аудитория для проведения: – занятий лекционного типа; – занятий семинарского (практического) типа; – текущего контроля и промежуточной аттестации. **Специализированная (учебная) мебель:** столы, стулья, доска меловая. **Оборудование:** *переносное* - экран, ноутбук, проектор. **Учебно-наглядные пособия.** **Используемое программное обеспечение:** MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по сублицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). **Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.**	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
2.	**106 Помещение** для самостоятельной работы, студентов: **Специализированная (учебная) мебель:** столы, стулья, доска меловая. **Оборудование:** компьютеры (4 шт). **Учебно-наглядные пособия.** **Используемое программное обеспечение:** MS Windows (Microsoft Imagine Premium 3 year по сублицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). **Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.**	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

5.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

5.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине:

1. Всероссийский образовательный «Портал педагога» - https://portalpedagoga.ru
2. Сайт учителей физической культуры https://fizcultura.ucoz.ru/
3. Официальный сайт журнала «Физическая культура в школе» http://www.schoolpress.ru/
4. Сайт журнала Теория и практика физической культуры http://teoriya.ru/ru
5. Социальная сеть работников образования «Физическая культура и ОБЖ» https://nsportal.ru/

6. Иные сведения и (или) материалы.

6.1 Примерные темы письменных учебных работ

1. Место спорта в общей системе физического воспитания.
2. Соревнования и соревновательная деятельность спортсмена.
3. Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменов.
4. Применение средств и методов в тренировочной деятельности спортсмена.
5. Построение тренировочного процесса в годичном цикле подготовки.
6. Спортивная техника как предмет обучения.
7. Классификация средств и методов обучения двигательным действиям.
8. Этапность обучения двигательным действиям.
9. Тактические действия спортсмена и методика обучения им.
10. Соотношение ОФП и СФП в многолетнем тренировочном процессе.
11. Определение понятий основных двигательных способностей и их классификация.
12. Методика развития основных кондиционных и координационных способностей.
13. Сензитивные периоды развития двигательных способностей.
14. Контроль за развитием основных двигательных способностей.
15. Внеклассная спортивная работа в общеобразовательной школе.
16. Работа по спорту в образовательных организациях различного типа (ДЮКФП, сельских школах, интернатах и т.д.).
17. Особенности проведения спортивных соревнований со школьниками.
18. Характеристика основных сторон подготовки спортсменов.
19. Тренировка как многолетний процесс.
20. Задачи, содержание и методика тренировки юных спортсменов.
21. Задачи, содержание и методика тренировки квалифицированных спортсменов.
22. Спортивная ориентация и отбор.
23. Особенности планирования и учета тренировки юных спортсменов.
24. Планирование тренировки спортсменов в зависимости от квалификации и этапа подготовки.
25. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками юных спортсменов.
26. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками квалифицированных спортсменов.
27. Основы управления подготовкой спортсменов.
28. Педагогические средства восстановления в спорте.

29.Психологические средства восстановления в спорте.

30.Медико-биологические средства восстановления в спорте.

31.Внетренировочные факторы спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.

32.Особенности спортивной подготовки инвалидов.

33.Характеристика педагогической деятельности тренера.

6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания
Деятельность педагога по физической культуре, тренера по виду спорта, основные составляющие его профессионализма	1. Суть педагогической деятельности преподавателя-тренера с точки зрения науки «акмеологии». 2. Функции преподавателя-тренера. 3. Уровни деятельности тренера. 4. Структура личности тренера-педагога 5. Личность тренера-педагога глазами детей.	1.Идеал педагога – тренера(сочинение). 2.Представить стили мышления тренера : практический, логико-систематичный, теоретический, критико-аналитический, комбинированный, гармоничный. 3.Представить компоненты деятельности тренера. 4.Оценит свой общий уровень физической кондиции по системе «Проверь себя» и проанализировать ,дать практические рекомендации.
Спорт и его роль в обществе, функции, типы, виды спорта.	1. Сущность спорта. 2. Социальные функции спорта. 3. Типология современного спорта на основе психологических и социально-экономических характеристик. 4. Международные спортивные организации и спортивная политика на современном этапе. 5. Любительский спорт как отрасль общественного производства. 6. Социальная значимость физической культуры и спорта в современных условиях развития России. 7. Концепция развития физической культуры и спорта в РФ.	1.Дать характеристику одного из под типов современного спорта (детско-юношеского, студенческого, профсоюзного, прикладного, ветеранского, инвалидов, олимпийцев, коммерческого, некоммерческий.). 2.Охарактеризовать тенденции развития одного из избранных видов спорта (доклад). 3.Разработать положение о спортивном соревновании, календарь спортивного соревнования, сценарий спортивного соревнования.
Тренировка и тренировочная деятельность в физической культуре и спорте	1. Определение понятий «ловкость», «выносливость», «гибкость» и формы их проявления в избранном виде спорта, учет физиологических закономерностей их развития. 2. Определение спортивной техники. 3. Классификация техники избранного вида спорта. 4. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий, их особенности в связи с детерминированностью или вероятностью соревновательных ситуаций. 5. Характеристики движений.	1.Представить общеподготовительные упражнения и специально-подготовительные упражнения для развития базового физического качества в избранном виде сорта с указанием компонентов нагрузки. 2. Раскрыть технологию физической подготовки. Ее задачи, средства, методы. 3. Определить значение физической подготовки в процессе формирования спортивных навыков, в процессе совершенствования

	6. Определение спортивной техники. 7. Классификация техники избранного вида спорта. 8. Определение понятий «быстрота», «сила», «скоростно-силовые качества» и формы их проявления в соответствии со спецификой вида спорта. 9. Характеристика методов физической подготовки (по структуре и компонентам нагрузки). 10. Технология обучения технике спортивных двигательных действий. 11. Структура обучения, задачи, средства и методы на этапах обучения. 12. Характеристика процесса совершенствования спортивно-технического мастерства в избранном виде спорта. 13. Основные характеристики техники.	технико-тактического мастерства спортсменов. 4. Критерии физической подготовленности спортсменов. 5. Ловкость как психофизическое качество. 6. Особенности дозирования нагрузок в избранном виде спорта. 7. Тренировочный процесс, структурные элементы тренировки? 8. Характеристика тренировочных нагрузок направленных на развитие базового двигательного качества в избранном виде спорта, параметры (реферат). 9. Особенности двигательных навыков в избранном виде спорта. 10. Виды технических ошибок и причины их возникновения, способы устранения. 11. Решение первой задачи при обучении техники двигательного действия в спортивном зале. Ознакомление с техникой двигательного действия на примере избранного вида спорта). 12. Технология обучения технике спортивных двигательных действий. Структура обучения, задачи, средства и методы на этапах обучения. 13. Охарактеризовать процесс совершенствования спортивно-технического мастерства в избранном виде спорта. 14. Перечислить основные характеристики техники. 15. Особенности формирования двигательных навыков в избранном виде спорта. 16. Виды технических ошибок и причины их возникновения, способы устранения.
Многолетняя подготовка спортсменов. Принципы спортивной тренировки.	1. Спортивная тренировка как основная форма подготовки спортсмена. 2. Цель спортивной тренировки и ее задачи. 3. Содержание и основные положения современной методики технической, тактической, физической, психической, интеллектуальной и интегральной подготовки спортсменов. 4. Принципы спортивной тренировки.	1.Основные специфические и общепедагогические средства и методы спортивной тренировки.
Циклический ха-	1. Виды мезоциклов и микроциклов, со-	1.Предложить структуру трени-

рактер структуры тренировочног о процесса.	ставляющих подготовительный период. 2. Виды мезоциклов и микроциклов, составляющих соревновательный период. 3. Виды мезоциклов и микроциклов, составляющих переходный период. 4. Особенности структуры годичного тренировочного цикла подготовки в настоящее время.	ровочного процесса в избранном виде спорта согласно календарного плана в виде блоксхемы.
Соревнования и соревновательная деятельность в спорте.	1. Классификация соревнований по признакам цели, состава и характера соревновательных действий соперников, контингента соперников, способа ведения соревновательного противоборства, условий проведения, типа судейства. 2. Причины и характер соревновательных нагрузок для спортсменов различного возраста? 3. Структура соревновательной деятельности в избранном виде спорта. 4. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности. 5. Взаимосвязь соревнований и соревновательной подготовки. 6. Основные закономерности тренировки, дидактические основы тренировочного процесса. 7. Связь тренировочной и соревновательной деятельности. 8. Специфика построения тренировки с учетом особенностей вида спорта, соревновательной практики, всей системы подготовки.	1.Характеристика соревновательных действий. 2.Соревновательные нагрузки в годичном цикле подготовки? 3.Соревновательная подготовка спортсмена. 4.Факторы, обусловливающие эффективность соревновательной деятельности.
Спортивная ориентация и отбор. Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях.	1. Этапы отбора и их задачи. 2. Структура и задачи начального отбора для занятий видом спорта. 3. Структура, методы, организация и задачи углубленного отбора с дифференциацией спортсменов на основе изучения их индивидуальных особенностей. 4. Структура, методы, организация и задачи отбора для участия в ответственных соревнованиях. 5.Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех этапах и всех уровнях.	1. Критерии отбора на различных этапах подготовки спортсменов. 2. Расчет темпов прироста. 3. Схема расчета потенциальных возможностей спортсмена.
Управление подготовкой спортсменов	1. Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов. 2. Теория адаптации – основа спортивной тренировки. 3. Виды адаптации.	1. План-конспект тренировочного занятия и микроцикла в избранном виде спорта (подготовительный период) с указанием компонентов нагрузки, рассчитать объем и интенсивность каждого занятия и микроцикла. 2. План восстановительных мероприятий на разных этап подготовки спортсмена (по выбору).
Моделирование и прогнозирование	1. Суть процесса прогнозирования. 2. Прогнозирование и моделирование в	1. Составить модельную характеристику для избранного вида

в спортивной тренировке.	управлении. 3. Отличие содержания модельных характеристик соревновательной деятельности спортсменов различной квалификации.	спорта по выбору студента. 2. Определите связь отбора с модельными характеристиками соревновательной и тренировочной деятельности спортсменов.
Планирование как функция управления. Планирование изучения программного материала в многолетнем аспекте, в годичном цикле, по этапам, неделям, отдельным тренировочным занятиям.	1. Периоды психологической подготовки к соревнованиям. 2. Методика развития волевых качеств	1. Распределить макроцикл на периоды, периоды на этапы . 2. Поставить задачи в области физической, технической, тактической, психологической подготовки, интеллектуальной, интегральной подготовки. Разбить периоды на мезоциклы (по типам), мезоциклы на микроциклы (по видам). 3. Подобрать упражнения для развития волевых качеств в избранном виде спорта.
Мониторинг (комплексный контроль) как функция управления. Коррекция тренировочног о процесса на основе результатов мониторинга	1.Виды и особенности врачебно-педагогического контроля.	1. Подобрать тесты для осуществления поэтапного контроля в избранном виде спорта с учетом всех сторон тренированности спортсмена.

Составитель: Стройкина Л.В., ст. преподаватель кафедры ФКС