

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы:
Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная / Заочная

Санкт-Петербург 2023

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биохимии

Рабочая программа дисциплины

**АНТИДОПИНГОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ
СБОРНЫХ КОМАНД**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 8 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Профилактика допинга	ОПК-11. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга
Профессиональные компетенции	
Организационно-методический	ПК-2. Способен обеспечивать решение задач профессиональной деятельности в соответствии с особенностями медико-биологического и психологического обеспечения занятий физической культурой и спортом

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-11	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; - содержание и организацию антидопинговых мероприятий. <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить антидопинговые мероприятия. <p>ОПК-11.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками проведения работы по предотвращению применения допинга. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; - содержание и организацию антидопинговых мероприятий. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить антидопинговые мероприятия. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками проведения работы по предотвращению применения допинга.
ПК-2	<p>ПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях

	<p>предотвращения применения допинга;</p> <p>ПК-2.2. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>ПК-2.3. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>ПК-2.4. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>ПК-2.5. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта. 	<p>предотвращения применения допинга;</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Владеет (имеет опыт):</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
--	--	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	30									30
В том числе:										
Занятия лекционного типа	6									6
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	18									18
Промежуточная аттестация (зачёт)	6									6
Самостоятельная работа студента	42									42
Общая трудоемкость	часы									72
	зачетные единицы									2

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение в антидопинговую тему. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте.	<p>Определение понятия «допинг». История использования допинга. Создание службы антидопингового контроля. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Общие принципы антидопингового обеспечения. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства WADA и РУСАДА.</p>	<p>Знает (ОПК-11.1):</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий <p>Знает (ПК-2.1.) содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;</p> <p>Умеет (ОПК-11.2.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить антидопинговые мероприятия <p>Имеет опыт (ОПК-11.3.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения методиками проведения работы по предотвращению

			применения допинга
2.	Современная организация антидопингового контроля в спорте.	<p>Права и обязанности спортсмена и персонала при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка биопроб при проведении допинг-контроля. Основные аналитические методы, используемые для определения запрещенных субстанций в биологических жидкостях. Принципы современных аналитических методик, обеспечивающих достоверную детекцию запрещенного препарата/метода или его метаболитов в крови или в моче. Международный стандарт для лабораторий (МСЛ), разработанный в рамках Всемирной антидопинговой Программы. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Получение лицензии и контроль качества аналитических процедур.</p>	<p>Знает (ОПК-11.1): нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий</p> <p>Знает (ПК-2.1.) содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;</p> <p>Знает (ПК-2.2.) алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.</p> <p>Умеет (ОПК-11.2.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить антидопинговые мероприятия <p>Умеет (ПК-2.3.) разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;</p> <p>Умеет (ПК-2.4.) применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения</p>

			<p>допинга.</p> <p>Имеет опыт (ОПК-11.3.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения методиками проведения работы по предотвращению применения допинга <p>Владеет (ПК-2.5.) методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.</p>
3	<p>Субстанции и методы, входящие в Запрещенный список ВАДА</p>	<p>Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Обновление правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список. Манипуляции с кровью и ее компонентами, химические и физические манипуляции с биопробами, генный и клеточный допинг.</p>	<p>Знает (ОПК-11.1): нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий</p> <p>Знает (ПК-2.1.) содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;</p> <p>Умеет (ОПК-11.2.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить антидопинговые мероприятия <p>Умеет (ПК-2.3.) разрабатывать рекомендации для коррекции</p>

			<p>психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;</p> <p>Умеет (ПК-2.4.) применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Имеет опыт (ОПК-11.3.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения методиками проведения работы по предотвращению применения допинга <p>Владеет (ПК-2.5.) методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.</p>
4	Риски, связанные с использованием допинга	Возможные негативные спортивные, медицинские, этические, финансовые и юридические последствия использования допинга в спорте.	<p>Знает (ОПК-11.1): нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий</p> <p>Знает (ПК-2.1.) содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного</p>

		<p>процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;</p> <p>Знает (ПК-2.2.) алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.</p> <p>Умеет (ОПК-11.2.):</p> <ul style="list-style-type: none">- планировать и проводить антидопинговые мероприятия <p>Умеет (ПК-2.3.) разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;</p> <p>Умеет (ПК-2.4.) применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Имеет опыт (ОПК-11.3.):</p> <ul style="list-style-type: none">- владения методиками проведения работы по предотвращению применения допинга <p>Владеет (ПК-2.5.) методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения</p>
--	--	---

			<p>тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.</p>
5	<p>Меры, принимаемые против допинга в спорте.</p>	<p>Антидопинговое образование. Биологический паспорт спортсмена. Создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения спортсменов. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Управление результатами допинг-контроля. Система «Адамс». Разрешение на терапевтическое использование (TUE) и порядок его получения. Возможные исключения. Санкции за нарушения к спортсменам и тренерам. Преимущества спортсменов стран с передовой фармакологической и спортивной наукой.</p>	<p>Знает (ОПК-11.1): нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий</p> <p>Знает (ПК-2.1.) содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;</p> <p>Знает (ПК-2.2.) алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.</p> <p>Умеет (ОПК-11.2.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить антидопинговые мероприятия <p>Умеет (ПК-2.3.) разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения</p>

		<p>тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;</p> <p>Умеет (ПК-2.4.) применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Имеет опыт (ОПК-11.3.):</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения методиками проведения работы по предотвращению применения допинга <p>Владеет (ПК-2.5.) методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.</p>
--	--	---

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<p>Лекция №1. Введение в антидопинговую тему. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте.</p> <p>Определение понятия «допинг». Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта.</p>	2

	Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА. Общероссийские антидопинговые правила (Приказ Минспорта России № 464 от 24.06.2021): обзор основных положений.	
2.	Лекция №2. Современная организация антидопингового контроля. Антидопинговые лаборатории: особенности работы, роль и ответственность в рамках антидопинговой программы Организация антидопингового контроля. Права и обязанности спортсмена при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка проб при проведении допинг-контроля. Международный стандарт для лабораторий (МСЛ), разработанный в рамках Всемирной антидопинговой Программы. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Получение лицензии и контроль качества аналитических процедур.	2
3	Лекция №3. Основные аналитические методы, используемые для достоверной детекции запрещенных субстанций. Основные аналитические методы, используемые для определения запрещенных субстанций в биологических жидкостях: масс-спектрометрия, иммуноферментный и радиоиммунологический анализы. Принципы современных аналитических методик, обеспечивающих достоверную детекцию запрещенного препарата/метода или его метаболитов в крови или в моче. Управление результатами допинг-контроля.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Введение в основы антидопингового обеспечения. Антидопинговый контроль в различных видах спорта. Роль WADA и РУСАДА. Определение понятия «допинг». История использования допинга. Создание службы антидопингового контроля. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА. Общероссийские антидопинговые правила (Приказ Минспорта России № 464 от 24.06.2021): обзор основных положений.	2
2.	Организация антидопингового контроля в различных видах спорта. Основные аналитические методы, используемые для достоверной детекции запрещенных субстанций. Организация антидопингового контроля. Права и обязанности спортсмена при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка	2

	<p>проб при проведении допинг-контроля.</p> <p>Основные аналитические методы, используемые для определения запрещенных субстанций в биологических жидкостях: масс-спектрометрия, иммуноферментный и радиоиммунологический анализы.</p> <p>Принципы современных аналитических методик, обеспечивающих достоверную детекцию запрещенного препарата/метода или его метаболитов в крови или в моче.</p>	
3	<p>Антидопинговые лаборатории: особенности работы, роль и ответственность в рамках антидопинговой программы</p> <p>Международный стандарт для лабораторий (МСЛ), разработанный в рамках Всемирной антидопинговой Программы. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Получение лицензии и контроль качества аналитических процедур. Управление результатами допинг-контроля.</p>	2
4	<p>Запрещенный список WADA. Обновление антидопинговых правил и Запрещенного списка WADA.</p> <p>Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Обновление антидопинговых правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список.</p>	2
5	<p>Эндокринная система как регулятор скорости метаболических процессов в организме</p> <p>Эндокринная система, уровни ее организации и возможности влияния с помощью экзогенных и эндогенных молекул. Типичные нарушения состояния здоровья у профессиональных спортсменов в результате перенапряжения функциональных систем организма.</p>	2
6	<p>Эффекты различных классов веществ, наиболее часто используемых в качестве допинга на примере анаболических стероидов и стимуляторов ЦНС.</p> <p>Возможные негативные непосредственные и отдаленные последствия приема анаболических андрогенных стероидов. Связь между стероидными лекарственными препаратами и риском развития злокачественных новообразований. Опасность препаратов, притупляющих чувство усталости, «отодвигающих» развитие охранительного торможения. Стимулирующие препараты, воздействующие на ЦНС, возбуждающие психомоторную функцию. Причины повышения физической и психической работоспособности и последствия для здоровья спортсмена.</p>	2
7	<p>Запрещенные методы. Генный и клеточный допинг. Кровяной допинг и субстанции, влияющие на эритропоэз. Допинг в элитном спорте</p> <p>Манипуляции с кровью и ее компонентами. Опасность применения кровяного допинга и препаратов эритропоэтинов и агентов, влияющих на эритропоэз для здоровья спортсмена. Контроль за их использованием.</p> <p>Химические и физические манипуляции с биопробами. Генный и клеточный допинг.</p>	2

	Запрещенные методы и субстанции в элитном спорте. Работа с документами ВАДА и материалами сайта РУСАДА.	
8	<p>Биологический паспорт спортсмена. Концепция Therapeutic use exemptions (TUE) Система антидопингового администрирования и менеджмента (ADAMS).</p> <p>Гематологический, стероидный и эндокринный модули биологического паспорта спортсмена. Основные параметры. Особенности оценки гемоглобиновой массы.</p> <p>Международный стандарт по терапевтическому использованию запрещенных субстанций. Запрос на терапевтическое использование, критерии получения разрешения, ретроактивный запрос на терапевтическое использование.</p> <p>АДАМС – online программа для сбора и хранения данных.</p> <p>Использование базовых функций системы.</p>	2
9	<p>Допинг как нарушение принципа Fair Play. Борьба с допингом в спорте: пути преодоления кризиса</p> <p>Использование запрещенных препаратов - нарушение принципа честной спортивной борьбы (Fair Play). Преимущества спортсменов стран с передовой фармакологической и спортивной наукой. Роль политики и средств массовой информации в борьбе с допингом.</p> <p>Возможные юридические, финансовые и репутационные последствия использования допинга на конкретных примерах.</p> <p>«Двойные стандарты» в спорте. Роль спортивных федераций в борьбе с допингом. Роль клубов, персонала спортсмена в борьбе с допингом. Ответственность спортсмена, составление контрактов спортсмена в индивидуальных и командных видах спорта. Совершенствование государственной политики в РФ по борьбе с допингом.</p>	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Андриянова, Е. Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 134 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12572-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496350>
2. Дорофейков, В.В. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 80 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Андриянова, Е.Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие. - Великие Луки : [б. и.], 2018. - 127 с. : ил.
2. Безуглов, Э.Н. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие. - Москва : Спорт, 2020. - 287 с. : цв. ил.

3. Казаринова, Л.В. Допинг в спорте: правовые и психолого-педагогические аспекты противодействия : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 90 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Куртев, С. Г. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие / С. Г. Куртев. — Омск : СибГУФК, 2018. — 116 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/142484> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова ; художник Ф. Е. Барбышев. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 288 с. — ISBN 978-5-906132-29-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165135> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие / составители Н. В. Минникаева [и др.]. — Кемерово : КемГУ, 2019. — 139 с. — ISBN 978-5-8353-2639-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156126> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Основы антидопингового обеспечения / авт.-сост. Н. В. Минникаева, Р. С. Жуков, С. В. Шабашева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – 139 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684965>
8. Смоленский, А.В. Основы антидопингового обеспечения : учебно-методическое пособие. - Москва : Колос-с, 2018. - 86, [2] с. : ил.
9. Чеботарев, А. В. Борьба с допингом : учебное пособие для вузов / А. В. Чеботарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 33 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14944-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496598>
10. Чеботарев, А. В. Ответственность спортсменов и тренеров за допинг в России: трудовая правовая аспекты : монография / А. В. Чеботарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 145 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-14943-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497158>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>

- Университетская информационная система РОССИЯ
<http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link](http://elibrary.rsl.ru(link) isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам
[http://window.edu.ru/\(link](http://window.edu.ru/(link) isexternal)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link](http://www.minsport.gov.ru/(link) isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

1. Биохимическая лаборатория
2. Мультимедийный комплекс
3. Мультимедийные лекции
4. Демонстрационные приборы
5. Плакаты
6. ПК и программное обеспечение
7. Химическая посуда
8. Автоматические дозаторы
9. Аналитические весы
10. рН-метры
11. Фотоэлектроколориметры
12. Спектрофотометры
13. Холодильники
14. Дистиллятор
15. Наборы реактивов и полуавтоматическое оборудование для определения наиболее часто используемых в биохимии спорта параметров

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биохимии

Рабочая программа дисциплины

АНТИДОПИНГОВЫЙ КОНТРОЛЬ В СПОРТЕ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) Компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные компетенции	
Профилактика допинга	ОПК-11 Способен проводить работу по предотвращению применения допинга
Контроль и анализ	ОПК-13 Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом
Тренерский	ПК-2 Способен обеспечивать решение задач профессиональной деятельности в соответствии с особенностями медико-биологического и психологического обеспечения занятий физической культурой и спортом

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-11	ОПК-11.1. Знает: - нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий. ОПК-11.2. Умеет: - планировать и проводить антидопинговые мероприятия. ОПК-11.3. Владеет: - методиками проведения работы по предотвращению применения допинга.	Знает: - нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий. Умеет: - планировать и проводить антидопинговые мероприятия. Владеет: - методиками проведения работы по предотвращению применения допинга.
ОПК-13	ОПК-13.1. Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной	Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; алгоритмы подготовки

	<p>подготовки в избранном виде спорта; алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга</p> <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
ПК-2	<p>ПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;

<p>ПК-2.2. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>ПК-2.3. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>ПК-2.4. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>ПК-2.5. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорт 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорт
--	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36									36
В том числе:										
Занятия лекционного типа	14									14
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	22									22
Промежуточная аттестация (зачет)	6									6
Самостоятельная работа студента	30									30
Общая трудоемкость	Часы	72								72
	зачетные единицы	2								2

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение в антидопинговую тему. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте.	<p>Определение понятия «допинг».</p> <p>История использования допинга.</p> <p>Создание службы антидопингового контроля.</p> <p>Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Общие принципы антидопингового обеспечения. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта.</p> <p>Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства WADA и РУСАДА.</p> <p>Специфичность задач антидопингового контроля.</p>	<p>Знает: Основные виды нарушений антидопинговых правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски; Организация допинг-контроля.</p> <p>Права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля; Методики медико-биологического и психологического тестирования;</p> <p>Порядок организации обеспечения спортивной подготовки на тренировочном этапе спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин); основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки;</p> <p>Антидопинговые правила.</p> <p>Умеет: Разъяснять вопросы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной</p>

			<p>подготовки;</p> <p>Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;</p> <p>Анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять Занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям;</p> <p>Выявлять у Занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии;</p> <p>Контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств.</p>
2.	Современная организация антидопингового контроля в спорте.	<p>Права и обязанности спортсмена и персонала при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка биопроб при проведении допинг-контроля. Основные аналитические методы, используемые для определения запрещенных субстанций в биологических жидкостях. Принципы современных аналитических методик, обеспечивающих достоверную детекцию запрещенного препарата/метода или его метаболитов в крови или в моче. Международный стандарт для лабораторий (МСЛ), разработанный в рамках Всемирной антидопинговой Программы. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Получение лицензии и контроль качества аналитических процедур.</p>	<p>Знает: Основные виды нарушений антидопинговых правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски;</p> <p>Организация допинг-контроля.</p> <p>Права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля; Методики медико-биологического и психологического тестирования;</p> <p>Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на тренировочном этапе спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин); основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки;</p> <p>Антидопинговые правила.</p>

			<p>Умеет: Разъяснять вопросы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки; Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; Анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять Занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям; Выявлять у Занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии; Контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств</p>
3	<p>Субстанции и методы, входящие в Запрещенный список ВАДА</p>	<p>Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Обновление правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список. Манипуляции с кровью и ее компонентами, химические и физические манипуляции с биопробами, генный и клеточный допинг.</p>	<p>Знает: Основные виды нарушений антидопинговых правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски; Организация допинг-контроля. Права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля; Методики медико-биологического и психологического тестирования; Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на тренировочном этапе спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин);</p>

			<p>основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; Антидопинговые правила.</p> <p>Умеет: Разъяснять вопросы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</p> <p>Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;</p> <p>Анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять Занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям;</p> <p>Выявлять у Занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии;</p> <p>Контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств</p>
4	<p>Риски, связанные с использованием допинга</p>	<p>Возможные негативные спортивные, медицинские, этические, финансовые и юридические последствия использования допинга в спорте.</p>	<p>Знает: Основные виды нарушений антидопинговых правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски;</p> <p>Организация допинг-контроля.</p> <p>Права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля; Методики медико-биологического и психологического тестирования;</p> <p>Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на тренировочном этапе</p>

			<p>спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин); основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; Антидопинговые правила.</p> <p>Умеет: Разъяснять вопросы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки; Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы; Анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять Занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям; Выявлять у Занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии; Контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств</p>
5	<p>Меры, принимаемые против допинга в спорте.</p>	<p>Антидопинговое образование. Биологический паспорт спортсмена. Создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения спортсменов. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Управление результатами допинг-контроля. Система «Адамс». Разрешение на терапевтическое использование (TUE) и порядок его получения. Возможные исключения. Санкции за нарушения к спортсменам и тренерам. Преимущества спортсменов стран с передовой</p>	<p>Знает: Основные виды нарушений антидопинговых правил и их последствия, включая санкционные, юридические и репутационные риски; Организация допинг-контроля. Права и обязанности спортсмена при прохождении допинг-контроля; Методики медико-биологического и психологического тестирования; Порядок организации</p>

		<p>фармакологической и спортивной наукой.</p>	<p>медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на тренировочном этапе спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин); основы научно-методического обеспечения спортивной подготовки; Антидопинговые правила.</p> <p>Умеет: Разъяснять вопросы медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки;</p> <p>Давать обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы;</p> <p>Анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять Занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям;</p> <p>Выявлять у Занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии;</p> <p>Контролировать номенклатуру принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств.</p> <p>Имеет опыт: Обучение Занимающихся методическим и организационным аспектам самоконтроля, технике безопасности спортивной тренировки и безопасному использованию спортивного оборудования, техники и инвентаря;</p> <p>Обучение Занимающихся недопинговым методам</p>
--	--	---	--

			<p>повышения спортивной работоспособности;</p> <p>Анализ результатов выполнения Занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки;</p> <p>Консультирование занимающихся по выполнению антидопинговых правил, о правах и обязанностях спортсмена при прохождении процедуры допинг-тестирования, о правилах оформления запросов и подачи протестов, апелляций</p>
--	--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p>Лекция №1. Введение в антидопинговую тему. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте.</p> <p>Определение понятия «допинг». История использования допинга. Создание службы антидопингового контроля. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте.</p>	2
2.	<p>Лекция №2. Современная организация антидопинговой компании. Организация антидопинговой работы с юными спортсменами.</p> <p>Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА. Опасность применения допинга в детском и юношеском спорте. Организация антидопинговой работы с юными спортсменами. Особенности допинг-контроля в детском и юношеском спорте. Популярные допинги у подростков и молодежи, занимающихся спортом. Проблема применения допинга юными спортсменами в зарубежных странах и в России.</p>	2
3	<p>Лекция № 3. Организация антидопингового контроля.</p> <p>Права и обязанности спортсмена при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка проб при проведении допинг-контроля.</p>	2
4	<p>Лекция №4. Основные аналитические методы, используемые для достоверной детекции запрещенных субстанций.</p> <p>Основные аналитические методы, используемые для определения запрещенных субстанций в биологических жидкостях: масс-спектрометрия, иммуноферментный и радиоиммунологический анализы. Принципы современных аналитических методик, обеспечивающих достоверную детекцию запрещенного препарата/метода или его метаболитов в крови или в моче.</p>	2
5	<p>Лекция №5. Антидопинговые лаборатории: особенности работы, роль и ответственность в рамках антидопинговой программы</p> <p>Международный стандарт для лабораторий (МСЛ), разработанный в рамках Всемирной антидопинговой Программы. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Получение лицензии и контроль качества аналитических процедур. Управление результатами допинг-контроля.</p>	2
6	<p>Лекция №6. Субстанции и методы, включенные в Запрещенный список ВАДА</p> <p>Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их</p>	2

	связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Обновление антидопинговых правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список.	
7	Биологический паспорт спортсмена. Гематологический, стероидный и эндокринный модули биологического паспорта спортсмена. Основные параметры. Особенности оценки гемоглобиновой массы.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Организация антидопингового контроля в различных видах спорта. Роль WADA и РУСАДА. Всемирный антидопинговый Кодекс и другие международные стандарты WADA. Антидопинговые правила. Пулы тестирования. Возможные юридические, финансовые и репутационные последствия использования допинга.	2
2.	Этапы лабораторных исследований, используемые для определения запрещенных субстанций в биологических жидкостях. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Протокол допинг-контроля. Этапы лабораторных исследований: преаналитический, аналитический и постаналитический этапы. Правила отбора биологического материала, транспортировка и хранение проб при проведении допинг-контроля. Международный стандарт по тестированию и расследованиям.	2
3	Основные аналитические методы, используемые для определения запрещенных субстанций в биологических жидкостях. Масс-спектрометрия, иммуноферментный и радиоиммунологический анализ: принципы современных аналитических методик, обеспечивающих достоверную детекцию запрещенного препарата/метода или его метаболитов в крови или в моче.	2
4	Антидопинговые лаборатории: особенности работы, роль и ответственность в рамках антидопинговой программы Международный стандарт для лабораторий (МСЛ), разработанный в рамках Всемирной антидопинговой Программы. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Получение лицензии и контроль качества аналитических процедур. Управление результатами допинг-контроля. Международный стандарт по обработке результатов	2
5	Эндокринная система человека и допинг. Особенности эндокринной регуляции, иерархия эндокринной системы. Химическая структура гормональных веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека Анаболические стероиды, действие на организм и последствия их приёма.	2

6	<p>Биологический паспорт спортсмена</p> <p>Физиологические основы кроветворения. Основные лабораторные параметры, применяемые в медицине и в антидопинговом контроле для оценки кроветворения. Гематологический, стероидный и эндокринный модули биологического паспорта спортсмена.</p>	2
7	<p>Запрещенный список WADA. Основные принципы. Неодобренные субстанции. Анаболические агенты. Бета-2-агонисты, пептидные гормоны.</p> <p>Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список. Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Класс S0, S1, S2, S3, S4 запрещенный список. Анаболические агенты. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Действие запрещенных веществ на организм и последствия их приёма.</p>	2
8	<p>Запрещенный список WADA. Диуретики и маскирующие агенты, глюкокортикоиды, бета-блокаторы, стимуляторы, наркотики, каннабиноиды.</p> <p>Класс S5, S6, S7, S8 S9, P1 запрещенный список. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Действие запрещенных веществ на организм и последствия их приёма. Опасность препаратов, притупляющих чувство усталости, «отодвигающих» развитие охранительного торможения.</p>	2
9	<p>Запрещенный список WADA. Запрещенные методы. Класс M1, M2. Кровяной допинг и субстанции, влияющие на эритропоэз.</p> <p>Манипуляции с кровью и ее компонентами, химические и физические манипуляции с биопробами. Опасность применения кровяного допинга и препаратов эритропоэтина и агентов, влияющих на эритропоэз для здоровья спортсмена. Контроль за их использованием.</p>	2
10	<p>Запрещенный список WADA. Запрещенные методы. Класс M3. Генный и клеточный допинг.</p> <p>Генный и клеточный допинг. Опасность применения для здоровья спортсмена. Контроль за их использованием. Ежегодное обновление антидопинговых правил и Запрещенного списка WADA. Мониторинг WADA.</p>	2
11	<p>Непреднамеренный допинг. Препараты, заменяющие допинг.</p> <p>Биологически активные добавки (БАД) - физиологическое действие на организм и последствия их приёма. Непреднамеренный допинг. Не допинговые технологии восстановления спортсменов.</p>	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Андриянова, Е. Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 134 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12572-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496350>
2. Безуглов, Э.Н. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / Э.Н. Безуглов, Е.Е. Ачкасов. - Москва : Спорт, 2020. - 287 с. : цв. ил.
3. Дорофейков, В.В. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие / В.В. Дорофейков, Т.Г. Невзорова, Т.В. Живова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. — 80 с.: ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Невзорова, Т.Г. Антидопинговый контроль в спорте : учебное пособие / Т.Г. Невзорова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 93 с.: ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Чеботарев, А. В. Борьба с допингом : учебное пособие для вузов / А. В. Чеботарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 33 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14944-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496598>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник / С.В. Алексеев. — Изд. 2-е, испр. и доп. — Москва : Спорт, 2017. — 668 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471212>
2. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина : учебное пособие / Е.Ю. Андриянова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 325 с. : ил.
3. Андриянова, Е.Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие / Е.Ю. Андриянова; Олимпийский комитет России ; Великолукская олимпийская академия ; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2018. - 127 с. : ил.
4. Ермилова, В.В. Правовые основы физической культуры и спорта : учебное пособие / В.В. Ермилова, Л.А. Кирьянова, Н.И. Антонова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 246 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Захарова, Л.И. Международное спортивное право : учебник / Л.И. Захарова; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации ; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА) ; отв. ред. К.А. Бекяшев. - Москва : Проспект, 2019. - 270, [1] с. : ил.
6. Казаринова, Л.В. Допинг в спорте: правовые и психолого-педагогические аспекты противодействия : учебное пособие / Л.В. Казаринова, С.И. Петров, А.А. Смирнов. - СПб. : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. — 90 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Куртев, С.Г. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие / С.Г. Куртев, С.К. Поддубный; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск, 2018. — 116 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / Е.Е. Ачкасов, Э.Н. Безуглов, Л.В. Веселова [и др.]; Министерство здравоохранения Российской Федерации ; Первый Московский государственный медицинский университет им. И.М. Сеченова (Сеченовский Университет) ; под ред. Э. Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова. - Москва : Спорт : Человек, 2019. - 287 с. : цв. ил.

9. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова ; художник Ф. Е. Барбышев. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 288 с. — ISBN 978-5-906132-29-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165135>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие / составители Н. В. Минникаева [и др.]. — Кемерово :КемГУ, 2019. — 139 с. — ISBN 978-5-8353-2639-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156126>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
11. Платонов, В.Н. Допинг в спорте и проблемы фармакологического обеспечения подготовки спортсменов / В.Н. Платонов, С.А. Олейник, Л.М. Гунина. - М. : Советский спорт, 2010. - 306 с. : ил.
12. Смоленский, А.В. Основы антидопингового обеспечения : учебно-методическое пособие / А.В. Смоленский, А.В. Тарасов. - Москва : Колос-с, 2018. - 86, [2] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

1. Биохимическая лаборатория
2. Мультимедийный комплекс
3. Мультимедийные лекции
4. Демонстрационные приборы
5. Плакаты
6. ПК и программное обеспечение
7. Химическая посуда
8. Автоматические дозаторы
9. Аналитические весы
10. pH-метры

11. Фотоэлектроколориметры
12. Спектрофотометры
13. Холодильники
14. Дистиллятор
15. Наборы реактивов и полуавтоматическое оборудование для определения наиболее часто используемых в биохимии спорта параметров

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биомеханики

Рабочая программа дисциплины

БИОМЕХАНИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Руководство соревновательной деятельностью	ОПК-8. Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности
Контроль и анализ	ОПК-12. Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-8.	ОПК-8.1. Знает: - содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.	Знает: -содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.
	ОПК-8.2. Умеет: - определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.	Умеет: -определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.
	ОПК-8.3. Владеет: - технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.	Владеет: -технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.
ОПК – 12.	ОПК-12.1. Знает: - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.	Знает: - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
	ОПК-12.2. Умеет: - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной	Умеет: -подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной

подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.	подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
ОПК-12.3. Владеет: - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.	Владеет: -методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	48			48					
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16			16					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32			32					
Промежуточная аттестация (экзамен)	18			18					
Самостоятельная работа студента	78			78					
Общая трудоемкость	часы	144		144					
	зачетные единицы	4		4					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Предмет биомеханики. История развития биомеханики. Опорно-двигательный аппарат (ОДА) как биомеханическая система	Биомеханика ОДА человека. Строение и функции биомеханической системы аппарата движения. Биомеханические пары и цепи. Степени свободы и связи. Биомеханические свойства мышц. Трехкомпонентная модель мышцы. Характеристические кривые мышечного сокращения.	Знает: -содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. Знает: -методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. Умеет: -определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.

			<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
2.	Силы, действующие на аппарат движения человека.	Силы внешние и внутренние. Относительность этого понятия. Сила тяжести тела. Сила реакции опоры. Упругие силы (внешние и внутренние). Силы инерции (внешние и внутренние).	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <p>Владеет:</p>

			-методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
3.	Биомеханика статических положений.	Статическое положение, как элемент спортивной техники. Условия равновесия звеньев тела при статической нагрузке. Моменты силы тяжести в сочленениях кинематической цепи. Механизм фиксации позы в статическом положении. Определение мышечных связей. Виды устойчивости равновесия.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
4.	Биомеханические характеристики двигательных действий человека.	Кинематические характеристики поступательного и вращательного движения человека. Динамические характеристики, описывающие состояние	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности. <p>Знает:</p>

		<p>биомеханической системы. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристики</p>	<p>-методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p> <p>Умеет:</p> <p>-определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.</p> <p>Умеет:</p> <p>-подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p> <p>Владеет:</p> <p>-технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.</p> <p>Владеет:</p> <p>-методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p>
5.	<p>Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека.</p>	<p>Анализ механизма взаимодействия с опорой в локомоциях, анализ механизма вращения тела. Характеристика взаимодействия внешних и внутренних сил при взаимодействии с опорой. Биомеханические факторы, формирующие импульс силы отталкивания. Управление вращательным движением тела с изменением кинетического момента. Управление вращением тела с сохранением кинетического момента.</p>	<p>Знает:</p> <p>-содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.</p> <p>Знает</p> <p>-методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p> <p>Умеет:</p> <p>-определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.</p> <p>Умеет:</p>

			<p>-подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p> <p>Владеет:</p> <p>-технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.</p> <p>Владеет:</p> <p>-методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p>
--	--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p><u>Лекция № 1.</u> Предмет, история развития биомеханики. Основные понятия биомеханики. Биомеханика опорно-двигательного аппарата. Особенности строения и функций аппарата движения. Биокинематические пары и цепи. Степени свободы и связи. Звенья тела как рычаги. Особенности управления движения биокинематических цепей. Степени подвижности и границы подвижности.</p>	2
1.	<p><u>Лекция № 2.</u> Мышцы как управляемый элемент аппарата движения. Типы мышечных волокон. Композиция мышечных волокон. Понятие о двигательной единице. Биомеханические свойства мышц: сократимость, упругость, прочность, вязкость, релаксация. Трехкомпонентная модель мышц. Характеристические кривые мышц «длина-сила», «скорость-сила».</p>	2
2.	<p><u>Лекция № 3.</u> Силы, действующие на аппарат движения человека. Понятие о внешних и внутренних силах. Относительность этого понятия. Сила тяжести. Сила реакции (внешняя и внутренняя). Сила трения (внешняя и внутренняя). Упругие силы (внешние и внутренние). Силы инерции (внешние и внутренние). Использование инерционных сил в структуре движений как критерий эффективности техники двигательных действий</p>	2
3.	<p><u>Лекция № 4.</u> Биомеханика статических положений. Статическое положение как важный элемент спортивной техники. Условия равновесия звеньев тела при статической нагрузке. Определение общего центра тяжести тела и центров тяжести отдельных кинематических звеньев тела. Силы, приложенные к аппарату движения при статической нагрузке. Реакция связи в суставе. Уравнения равновесия. Мышечные связи, фиксирующие сочленения кинематической цепи.</p> <p>Биомеханика статических положений. Моменты сил тяжести в сочленениях кинематической цепи. Определение нагрузки на мышцы, фиксирующие сустав. Механизм фиксации позы в статическом положении. Управление равновесием статического положения. Виды устойчивости равновесия биомеханической системы при статической нагрузке. Статический и динамический показатели устойчивости равновесия. Анализ дыхания в статическом положении. Роль собственно дыхательных и вспомогательно-дыхательных мышц в регуляция дыхательной функции</p>	2
4.	<p><u>Лекция № 5.</u> Биомеханические характеристики двигательных действий человека. Кинематические характеристики характерных точек тела человека (пространственные, временные, пространственно-временные). Кинематические характеристики поступательного, вращательного, плоскопараллельного движения тела человека. Взаимосвязь кинематических параметров поступательного и вращательного движения человека. Роль кинематических характеристик в анализе и оценке техники спортивных движений.</p>	2
4.	<p><u>Лекция № 6.</u> Биомеханические характеристики двигательных действий человека. Динамические характеристики, описывающие состояние биомеханической системы и закон поведения системы. Динамические характеристики, отражающие меру взаимодействия между телами: сила, момент силы, импульс силы, импульс моменты силы, работа силы, работа момента силы. Динамические характеристики, отражающие изменение состояния системы в результате взаимодействия: импульс тела (количество движения), кинетический момент, кинетическая энергия поступательного движения, кинетическая энергия вращательного движения человека. Закономерности взаимосвязи характеристик, отражающих меру взаимодействия тел и характеристик, отражающих</p>	2

	изменения состояния тел после взаимодействия – как теоретическая основа вопросов управления двигательными действиями и вопросов коррекции и моделирование техники двигательных действий.	
5.	<u>Лекция № 7.</u> Анализ механизма взаимодействия спортсмена с опорой в локомоция. Характеристики взаимодействия внешних и внутренних сил в локомоциях. Биомеханические факторы формирования импульса силы отталкивания в локомоция. Режим работы мышц при отталкивании. Анализ и коррекции техники отталкивания в локомоциях с учётом особенностей моторики человека.	2
5.	<u>Лекция № 8.</u> Две задачи динамики в анализе техники двигательных действий. Решение основной задачи динамики как способ оценки техники двигательных действий и степени реализации двигательных способностей человека. Моделирование механизма взаимодействия спортсмена с опорой. Цель моделирования – нахождение оптимальных вариантов взаимосвязи механических характеристик взаимодействия с опорой, обеспечивающих наивысший результат, соответствующей двигательным способностям спортсмена. Управление вращением тела. Закономерности управления вращением тела с изменением кинетического момента. Закономерности управления вращением тела с сохранением кинетического момента (на опоре, в полётной фазе). Управление вращением тела без начальной угловой скорости.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<u>Семинар 1. Текущий контроль №1.</u> Контрольное задание: проверка остаточных теоретических знаний по дисциплине – пререквизитам. Учебно- исследовательская работа студентов 1 (УИРС –1). «Биомеханический анализ упражнений с сохранением положения тела (статических положений)» I этап. Определение положений ОЦТ и ЦТ звеньев тела.	2
1,2,3	<u>Семинар 2 (УИРС – 1).</u> Механизм фиксации позы при статической нагрузке. Определение и анализ мышечных связей. Расчёт моментов сил тяжести в сочленениях биокинематической цепи. Определение степени нагрузки на мышечные группы, фиксирующие сустав.	2
1,2,3	<u>Семинар 3.</u> Устойчивость равновесия биомеханической системы. Вопросы управления равновесия биомеханической системы. Анализ условий дыхания при статической нагрузке. Оценка условий дыхания.	2
1,2,3	<u>Семинар 4. Текущий контроль №2 по темам 1,2,3.</u>	2
4	<u>Семинар 5.</u> Расчёт временных характеристик тазобедренного сустава по промеру. Построение хронограммы, анализ и оценка связи временных характеристик двигательных действий спортсмена. Расчёт перемещений, скоростей и ускорение характерных точек аппарата движения (согласно представленным маркерам), в цикле бегового шага (по промеру).	2
4	<u>Семинар 6. Текущий контроль 3 по теме 4.</u>	2
4,5	<u>Семинар 7 (УИРС-3).</u> Анализ механизма взаимодействия с опорой. Фазовый состав и фазовая структура отталкивания. Взаимодействие внешних и внутренних сил при отталкивании. Механизм формирования динамической составляющей силы реакции опоры.	2
4,5	<u>Семинар 8.</u> Биомеханические факторы, формирующие импульс силы отталкивания от опоры. Расчёт импульса сила отталкивания по данным тензодинамограммы. Исследование роли маха руками при отталкивании.	2
5	<u>Семинар 9.</u>	2

	Зависимость вариантов отталкивания (жёсткая, взрывное или медленно-жимовое) от особенностей индивидуальной моторики исследуемых спортсменов. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристик отталкивания. Анализ и оценка техники отталкивания	
5	<u>Семинар 10. Текущий контроль 4 по теме 5.</u>	2
5	Семинар 11. (УИРС-4). «Анализ механизма вращения тела» Расчёт кинематических характеристик вращательных движений. Внешние силы, приложенный к центру масс вращающегося тела. Внутренние силы, формирующие позу гимнаста при выполнении большого оборота на перекладине.	2
5	<u>Семинар 12.</u> Момент инерции тела как регулирующий фактор управления вращением. Методы расчёта момент инерции тела гимнаста относительно перекладины. Кинетический момент.	2
5	<u>Семинар 13.</u> Управление вращением на перекладине с использованием механизма изменения момента силы тяжести гимнаста. Работа моменты силы тяжести в первой и второй половине большого оборота на перекладине.	2
5	<u>Семинар 14.</u> Закономерности управления вращением тела с изменением кинетического момента. Закономерности управления вращением тела сохранением кинетического момента (на опоре, в безопасном положении). Управление вращением тела без начальной условной скорости.	2
5	<u>Семинар 15. Текущий контроль 5 по теме 5.</u>	2
1,2,3,4,5	<u>Семинар 16. Рубежный контроль.</u>	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Биомеханика двигательной деятельности: механика : учебное пособие / А.Б. Яковлев, В.В. Азанчевский, Ф.Е. Захаров, О.В. Тихоненкова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 94 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
2. Кичайкина, Н.Б. Биомеханика двигательных действий : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина, А.В. Самсонова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 210 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Кичайкина, Н.Б. Практикум по биомеханике двигательной деятельности : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 133 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : / Г.И. Попов, А.В. Самсонова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 314, [1] с. : ил.
5. Туревский, И. М. Формирование психомоторных способностей : учебное пособие для вузов / И. М. Туревский. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 353 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10950-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518066>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Джалилов, А. А. Биомеханика двигательной деятельности : учебное пособие / А. А. Джалилов, К. Л. Меркурьев. — Тольятти : ТГУ, 2019. — 178 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/139610>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Кичайкина, Н.Б. Биомеханические закономерности упражнений с сохранением положения тела, локомоторных и вращательных движений : учебное пособие / Н.Б.

- Кичайкина. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 51 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Кичайкина, Н.Б. Биомеханика двигательных действий : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина, А.В. Самсонова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 183 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 4. Комарова, Н. А. Биомеханика двигательной деятельности : учебное пособие / Н. А. Комарова, И. В. Шиндина. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2017. — 113 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/163488>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
 5. Курьсь, В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения : учебное пособие / В.Н. Курьсь. - Москва : Советский спорт, 2013. - 366, [1] с. : ил.
 6. Попов, Г.И. Биомеханика : учебник / Г.И. Попов. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2013. - 253, [1] с. : ил.
 7. Математический аппарат биомеханики : учебное пособие / А.Б. Яковлев, В.В. Азанчевский, Ф.Е. Захаров, О.В. Тихоненкова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 71 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 8. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : учебник / Г.И. Попов, А.В. Самсонова. - М. : Академия, 2011. - 314, [1] с. : ил.
 9. Светайло, А.А. Теория и методика избранного вида спорта. Биомеханика большого тенниса : учебное пособие / А.А. Светайло. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 137 с. : ил.
 10. Стеблецов, Е.А. Биомеханика : учебник / Е.А. Стеблецов, И.И. Болдырев. - Москва :Юрайт, 2021. - 160 с. : ил.
 11. Чигарев, А.В. Биомеханика : учебник для студентов вузов / А.В. Чигарев, Г.И. Михасев, А.В. Борисов. - Минск : Изд-во Гревцова, 2010. - 282, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- ✓ Специализированной биомеханической лабораторией.
- ✓ Комплектом презентационного оборудования (компьютер, проектор, экран, звук).
- ✓ Наличие демонстрационных плакатов по разделам курса
- ✓ Базовым материалом (типа промеров, динамограмм, набора фотокадров) для работы каждого студента.

✓ Иллюстративный материал на лекциях и практических занятиях должен включать:

- схемы и таблицы расчета моментов инерции тела человека;
- таблиц и схем расчета общего центра тяжести тела человека;
- схемы действия сил при отталкивании;
- хронограмм бега и ходьбы;
- динамограмм отталкивания от опоры;
- промеров бега (не менее 12 шт. в масштабе 1:4);
- промеров вращательных движений.

1. Мультимедийная презентация лекционного материала:

- история биомеханики (автор Самсонова А.В.);
- лекционный курс (10 лекций) (автор Кичайкина Н.Б.)

2. Приборы, демонстрирующие биомеханические характеристики движений:

- пантографы для определения распределения массы по звену;
- платформа Жуковского для демонстрации сохранения кинетического момента;
- модель тела человека (14-тизвенная).

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биохимии

Рабочая программа дисциплины

БИОХИМИЯ ЧЕЛОВЕКА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на I курсе 2 семестре очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет с оценкой*.

ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
<i>ОПК-1</i>	ОПК -1.1. Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
	ОПК – 1.2. Умеет: - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой	Умеет: - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы

<p>и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</p> <p>ОПК-1.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>спортивной подготовки и сферы образования.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
--	--

3 ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	54		54						
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16		16						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32		32						
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)	6		6						
Самостоятельная работа студента	90		90						
Общая трудоемкость	часы	144	144						
	зачетные единицы	4	4						

4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п.п.	Тема (раздел)	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Химический состав организма	Общая характеристика химического состава организма. Основы органической химии. Строение и биологическая роль белков, нуклеиновых кислот, углеводов, липидов.	Знания: - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека; - химический состав организма человека.
2.	Общая характеристика обмена веществ	Обмен веществ и энергии между организмом и окружающей средой. Биологическая роль пищеварения. Основные закономерности катаболизма	Знания: - систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;

		и анаболизма. Тканевое дыхание. АТФ – строение, биологическая роль. Ферменты	
3.	Обмен отдельных классов органических соединений.	Переваривание и всасывание белков, нуклеиновых кислот, углеводов и липидов. Синтез белков. Анаэробное и аэробное окисление углеводов. Синтез и распад гликогена. Синтез и окисление жирных кислот.	Знания: - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека. Умения: - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов;
4.	Витамины. Гормоны	Биологическая роль и классификация витаминов. Авитоминозы, гипо- и гипервитаминозы. Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов.	Знания: - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека.
5.	Биохимия крови, почек и мочи.	Биологические функции крови. Химический состав плазмы крови. Строение и химический состав эритроцитов. Участие лейкоцитов в обеспечении иммунитета. Строение нефрона и этапы образования мочи. Химический состав мочи. Интерпретация данных клинико-лабораторных исследований мочи и крови.	Знания: - закономерности протекания биохимических процессов в организме человека; - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека Умения: - проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки; – оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи

4.1. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1, 2	Лекция № 1. Строение и биологическая роль белков. Общие закономерности обмена веществ. Общая характеристика строения белков. Общая формула аминокислот, входящих в белковые молекулы. Классификация аминокислот. Типы хи-	2

	<p>мических связей между аминокислотами. Строение полипептида. Классификация белков. Белки простые и сложные. Пространственное строение белковой молекулы. Амфотерность белков. Биологические функции белков: структурная, каталитическая, сократительная, регуляторная, транспортная, защитная, энергетическая. Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Макроэргические соединения. АТФ – универсальный источник энергии. Пищеварение. Основные стадии пищеварения – переваривание и всасывание. Гидролиз - основной способ расщепления пищевых веществ. Общая характеристика метаболизма. Катаболизм. Отличие катаболизма от переваривания. Окисление – основной способ расщепления химических соединений при катаболизме. Образование АТФ в процессе катаболизма. Цикл Кребса – завершающий этап катаболизма. Анаболизм.</p>	
2	<p>Лекция №2. Ферментативный катализ. Ферменты – катализаторы химических реакций в организме. Строение ферментов: активный и аллостерический центры, коферменты. Основные стадии ферментативной реакции. Особенности ферментов как биологических катализаторов. Влияние температуры и рН на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Классификация ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций.</p>	2
2	<p>Лекция № 3. Биологическое окисление. Тканевое дыхание – основной, главный путь биологического окисления. Ферменты тканевого дыхания: никотинамидные дегидрогеназы, флавиновые ферменты и цитохромы. Перенос электронов и протонов по дыхательной цепи. Энергетический эффект тканевого дыхания. Окислительное фосфорилирование. Другие типы биологического окисления: анаэробное, микросомальное и свободнорадикальное окисление.</p>	2
3	<p>Лекция №4. Обмен углеводов. Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте. Основные стадии синтеза гликогена из глюкозы (гликогенез). Распад гликогена до глюкозы. Гипергликемия и гипогликемия. Превращение углеводов ГДФ-пути – один из основных источников энергии. Распад гликогена и глюкозы до пировиноградной кислоты (ПВК), отдельные стадии этого процесса, итоговое уравнение, энергетический эффект. Окислительное декарбоксилирование ПВК, итоговое уравнение, энергетический эффект. Цикл трикарбоновых кислот (ЦТК), биологическая роль, схема цикла, итоговое уравнение, энергетический эффект. Итоговое уравнение полного окисления глюкозы и гликогена. Анаэробный распад углеводов. Механизм образования молочной кислоты. Итоговое уравнение, биологическая роль гликолиза</p>	2
3	<p>Лекция № 5. Обмен липидов. Переваривание и всасывание жиров. Окисление глицерина. Окисление жирных кислот. Образование и использование кетоновых тел. Синтез жирных кислот и триглицеридов. Липопротеиды плазмы крови. Липидограмма.</p>	2
3	<p>Лекция № 6. Обмен белков. Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз тканевых белков. Лизосомы. Первый этап синтеза белков – транскрипция. Второй этап синтеза белков – рекогниция. Третий этап синтеза белков – трансляция. Регуляция синтеза белков. Азотистый баланс</p>	2
4	<p>Лекция № 7. Витамины. Гормоны. Определение понятия «витамины». Биологическая роль витаминов в организме. Классификация и номенклатура витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы и гипертитаминозы. Основные причины гиповитаминозов. Водорастворимые витамины, краткая характеристика витаминов группы В,</p>	2

	витамины С, Жирорастворимые витамины. Краткая характеристика витаминов А, D, Е, К. Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов.	
5	Лекция № 8. Биохимия крови. Биохимия почек и мочи. Общая характеристика крови. Биологические функции крови. Химический состав плазмы крови. Строение, химический состав и особенности метаболизма эритроцитов. Участие эритроцитов в транспорте кислорода и углекислого газа. Общая характеристика лейкоцитов и их участие в обеспечении иммунитета. Свертывание крови. Кислотно-щелочной баланс крови. Особенности метаболизма почек. Строение нефрона. Этапы образования мочи. Регуляция образования мочи. Физико-химические свойства мочи. Химический состав мочи. Патологические компоненты мочи.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	занятие 1. Основы органической химии Теория строения органических соединений А.М. Бутлерова. Классификация и номенклатура органических соединений. Углеводороды, кислородсодержащие органические молекулы. Функциональные группы.	2
1	занятие 2. Строение и биологическая роль белков. Общая характеристика строения белков. Общая характеристика аминокислот. Общая формула аминокислот, входящих в белковые молекулы. Классификация аминокислот. Типы химической связи в молекуле белка. Белки простые и сложные. Биологические функции белков: структурная, каталитическая, транспортная, защитная, энергетическая. Лабораторная работа. Полуколичественный экспресс-анализ определения белка в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
1	занятие № 3. Строение и биологическая роль углеводов. Общая характеристика строения углеводов. Альдозы и кетозы. Классификация углеводов. Моносахариды. Строение и биологическая роль глюкозы. Олигосахариды. Строение и биологическая роль лактозы и сахарозы. Полисахариды. Строение и биологическая роль гликогена, крахмала и целлюлозы. Мукополисахариды	2
1	занятие № 4. Строение и биологическая роль липидов Общая характеристика липидов. Строение жиров. Насыщенные и ненасыщенные жирные кислоты. Полиненасыщенные жирные кислоты. Наиболее распространенные в природе жирные кислоты. Биологическая роль жиров. Общая характеристика липидов. Классификация липидов. Холестерин и его производные. Роль липидов в построении мембран	2
2	занятие № 5. Общие закономерности обмена веществ. Обмен веществ и энергии между организмом и внешней средой. Пищеварение. Основные стадии пищеварения – переваривание и всасывание. Общая характеристика метаболизма. Катаболизм. Отличие катаболизма от переваривания. Окисление – основной способ расщепления химических соединений при катаболизме. Общий путь катаболизма. Регуляция этапов общего пути катаболизма. Образование АТФ в процессе катаболизма. Общая характеристика анаболизма.	2
2	занятие № 6. Ферментативный катализ. Ферменты – катализаторы химических реакций в организме. Строение ферментов: активный и аллостерический центры, коферменты. Основные стадии ферментативной реакции. Особенности ферментов как биологических катализаторов. Влияние температуры и pH на скорость ферментативных реакций. Ингибиторы и активаторы ферментов. Классификация ферментов. Регуляция скорости ферментативных реакций.	2
2	занятие № 7. Биологическое окисление.	2

	Свободное и сопряженное окисление. Тканевое дыхание – основной, главный путь биологического окисления. Ферменты тканевого дыхания: никотинамидные дегидрогеназы, флавиновые ферменты и цитохромы. Перенос электронов и протонов по дыхательной цепи. Энергетический эффект тканевого дыхания. Окислительное фосфорилирование.	
3	занятие № 8. Обмен углеводов. Переваривание и всасывание углеводов в пищеварительном тракте. Синтез и распад гликогена. Регуляция метаболизма гликогена. Гипергликемия и гипогликемия. Анаэробный распад углеводов. Итоговое уравнение, биологическая роль гликолиза. Лабораторная работа. Полуколичественный экспресс – метод определения глюкозы в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
3	занятие № 9. Обмен углеводов Аэробный распад гликогена и глюкозы. Отдельные стадии этого процесса, итоговое уравнение, энергетический эффект. Роль аэробного и анаэробного окисления глюкозы в энергообеспечении двигательной деятельности. ГМФ-путь распада углеводов. Синтез глюкозы (глюконеогенез).	2
3	занятие № 10. Обмен жиров. Переваривание и всасывание жиров. Ожирение. Окисление глицерина. Окисление жирных кислот. Образование и использование кетонных тел. Синтез жирных кислот и триглицеридов. Обмен холестерина. Липопротеины плазмы крови. Лабораторная работа. Полуколичественный экспресс – метод определения кетонных тел в моче с использованием диагностических тест-полосок Siemens	2
3	Занятие № 11. Строение и биологическая роль нуклеиновых кислот. Обмен нуклеиновых кислот. Общая характеристика нуклеиновых кислот. Строение мононуклеотидов. Азотистые основания, входящие в состав нуклеиновых кислот. Образование полинуклеотидов. Спаривание азотистых оснований. Комплементарность. Строение молекулы ДНК. Биологическая роль РНК и ДНК. Переваривание и всасывание нуклеиновых кислот. Внутриклеточный распад нуклеиновых кислот. Судьба азотистых оснований. Синтез пуриновых и пиримидиновых мононуклеотидов. Репликация и транскрипция.	2
3	занятие № 12. Обмен белков Переваривание и всасывание белков в пищеварительном тракте. Протеолиз тканевых белков. Лизосомы. Первый этап синтеза белков – транскрипция. Второй этап синтеза белков – рекогниция. Третий этап синтеза белков – трансляция. Регуляция синтеза белков. Общая характеристика метаболизма аминокислот. Общие пути распада аминокислот: декарбоксилирование, дезаминирование и трансаминирование. Косвенное дезаминирование аминокислот. Роль витамина В ₆ в метаболизме аминокислот. Временное и окончательное обезвреживание аммиака. Использование аминокислот для синтеза небелковых соединений	2
4	занятие № 13. Витамины. Определение понятия «витамины». Биологическая роль витаминов в организме. Классификация и номенклатура витаминов. Авитаминозы, гиповитаминозы и гипервитаминозы. Основные причины гиповитаминозов. Водорастворимые витамины, краткая характеристика витаминов группы В, С. Жирорастворимые витамины. Краткая характеристика витаминов А, Д, Е, К. Рубежный контроль	2
4	занятие № 14. Гормоны.	2

	Общая характеристика нервно-гормональной регуляции. Рецепторы гормонов. Общие механизмы действия гормонов. Химическая природа гормонов. Краткая характеристика отдельных гормонов (место образования, строение, биологическую роль, проявление гипер- и гипопродукции).	
5	занятие № 15. Биохимия крови. Общая характеристика крови. Биологические функции. Химический состав. Основные белки крови. Понятие об осмотическом и онкотическом давлении, рН крови. Буферные системы крови. Небелковые азотсодержащие вещества. Обмен воды в организме. Обмен минеральных веществ. Основные характеристики обмена важнейших минеральных веществ (калия, натрия, кальция, фосфора, железа и др.) Основные ферменты крови. Причины появления ферментов в крови. Понятие о гипо- и гиперферментемиях. Строение, химический состав и особенности метаболизма эритроцитов. Участие эритроцитов в транспорте кислорода и углекислого газа. Общая характеристика лейкоцитов и их участие в обеспечении иммунитета. Свертывание крови. Лабораторная работа. Получение сыворотки и плазмы крови	2
5	занятие № 16. Биохимия почек и мочи. Особенности метаболизма почек. Строение нефрона. Этапы образования мочи. Регуляция образования мочи. Физико-химические свойства мочи. Химический состав мочи. Лабораторная работа. Определение кислотности и удельной плотности мочи с помощью индикаторных тест-полосок	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Биохимия человека [Текст] : учебное пособие / Л.В. Капилевич [и др.]; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. - Москва :Юрайт, 2016. - 151 с. : ил.
2. Ершов, Ю. А. Биохимия человека : учебник для вузов / Ю. А. Ершов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 466 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07769-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490241>
3. Михайлов, С.С. Биохимия человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.С. Михайлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 110 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Осипова, Г. Е. Биохимия спорта : учебное пособие для вузов / Г. Е. Осипова, И. М. Сычева, А. В. Осипов. — 2-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 135 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13612-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496296>
5. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие / Л.В. Капилевич, Е.Ю. Дьякова, Е.В. Кошельская, В.И. Андреев; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. - Москва :Юрайт, 2020. - 151 с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Аверина, Л.В. Основы биохимии (для студентов физкультурных учебных заведений) [Текст] : [учебное пособие] / Л.В. Аверина, Н.Е. Захаров, С.А. Евсюкова; Брянский филиал Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург). - Брянск : [Издательство Брянского государственного университета], 2014. - 50 с. : ил.

2. Биохимия человека: курс лекций : учебное пособие / составитель И. Э. Коновалова. — Уфа : БИФК, 2020. — 84 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/173550>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Воцинина, Н.А. Химический анализ [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.А. Воцинина. - Малаховка : [б. и.], 2018. – 153 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Ершов, Ю.А. Биохимия человека [Текст] : учебник / Ю.А. Ершов. - 2-е изд, перераб. и доп. - Москва :Юрайт, 2016. - 372, [2] с. : ил.
5. Ершов, Ю. А. Биохимия : учебник и практикум для вузов / Ю. А. Ершов, Н. И. Зайцева ; под редакцией С. И. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 323 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07505-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489993>
6. Избранные лекции по спортивной биохимии : учебное пособие / сост. О.Н. Кудря, Т.А. Линдт ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 132 с. : ил., табл., схем., граф. - Библиогр.: с. 128. - ISBN 978-5-91930-034-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429348>
7. Кольман, Я. Наглядная биохимия = Color Atlas of Biochemistry : [справочное издание] / Я. Кольман, Рём К.-Г.; перевод с английского Т. П. Мосоловой. - 7-е изд. - Москва : Лаборатория знаний, 2021. - 509 с. : ил.
8. Курс лекций по биохимии : учебное пособие / сост. О.Н. Кудря, Т.А. Линдт ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. - 188 с. : табл., схем., ил. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274672>
9. Михайлов, С.С. Биохимия двигательной деятельности [Текст] : учебник / С.С. Михайлов. - [7-е изд., стер.]. - Москва : Человек : Спорт, 2018. - 291, [1] с. : ил.
10. Михайлов, С.С. Самостоятельная работа студентов по дисциплинам "Биохимия человека" и "Спортивная биохимия" [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.С. Михайлов, Е.В. Шапот. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 107 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.С. Михайлов. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 147 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
12. Соколова, О.Я. Биохимические основы биологических процессов. Лабораторный практикум : учебное пособие / О.Я. Соколова, Е.В. Бибарцева, О.А. Наumenко ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург : ОГУ, 2015. - 97 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7410-1267-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439079>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>

- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОС-СИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены мультимедийным оборудованием. В лаборатории имеются следующие приборы: автоматический фотометр, центрифуга, автоматические дозаторы, пробирки, наборы реагентов для проведения лабораторных работ и пр. Из оргтехники на кафедре имеются: три ноутбука, 3 компьютера и многофункциональное устройство.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра профилактической медицины и основ здоровья

Рабочая программа дисциплины

**ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-7. Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
Обеспечение безопасности	ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-7	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. <p>ОПК-7.2 Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности,

<p>ОПК -10</p>	<p>спортом</p> <p>ОПК-7.3 Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Владеет методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом <p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма <p>ОПК-10.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований 	<p>мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Владеет методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований
----------------	--	--

<p>ОПК - 13</p>	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.
-----------------	---	---

	<p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
--	---	---

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	30					30			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	10					10			
Занятия семинарского типа (практические занятия, лабораторные практикумы)	20					20			
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)	6					6			
Самостоятельная работа студента	72					72			
Общая трудоемкость	часы	108				108			
	зачетные единицы	3				3			

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Определение понятия гигиены. Здоровый образ жизни.	Гигиена - профилактическая дисциплина и наука. Исторические этапы развития гигиены. Предмет и задачи гигиены спорта. Здоровый образ жизни. Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности спортсменов. Физкультурно-оздоровительные центры, фитнес клубы в решении оздоровительных проблем массовой физической культуры.	Знания: Санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта. Основы гигиены. Разделы гигиены. Нормативная документация по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности. Составляющие и способы поддержания здорового образа жизни. Гигиенические средства восстановления. Гигиенические принципы закаливания. Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности. Умения: Соблюдение правил личной гигиены, организация профилактики заболеваний. Планирование тренировки с учетом санитарно-гигиенических требований. Реализация оздоровительной эффективности физической подготовки. Соблюдение гигиенических аспектов тренировочного режима. проведение мероприятий по санитарно-просветительной работе

			<p>в спортивных коллективах.</p> <p>Навыки: Способность провести беседу о важности регулярных занятий ФК и спортом, сохранении здорового образа жизни.</p> <p>Составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний.</p>
2.	Микроклимат. Факторы обитаемости.	<p>Гигиеническая характеристика факторов обитаемости спортивных сооружений. Роль микроклимата в укреплении здоровья и повышении работоспособности спортсменов.</p> <p>Роль водного фактора в укреплении здоровья и повышении работоспособности спортсменов.</p> <p>Параметры микроклимата (температуры, влажности и подвижности воздуха)</p> <p>Комплексная оценка микроклимата в спортивных сооружениях. Оценка и рационализация условий обитаемости в спортивных сооружениях по параметрам отопления и вентиляции.</p> <p>Оценка и рационализация условий обитаемости в спортивных сооружениях по параметрам естественного и искусственного освещения.</p> <p>Санитарно-химическая оценка доброкачественности воды.</p> <p>Способы обеззараживания.</p> <p>Пути и методы рационализации санитарно-гигиенических условий в плавательных бассейнах.</p>	<p>Знания: санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом. Нормативная документация по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Факторы микроклимата в спортивных сооружениях.</p> <p>Приборы для измерения основных параметров микроклимата.</p> <p>Санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов.</p> <p>Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности.</p> <p>Умения:</p> <p>Планирование тренировки с учетом санитарно-гигиенических</p>

			<p>требований. Реализация оздоровительной эффективности физической подготовки. Обеспечение техники безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм. Оценка санитарно-гигиенического состояния спортивного зала.</p> <p>Навыки: Измерение основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях. Составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; Обеспечение безопасности проведения учебных и дополнительных занятий с учетом соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации.</p>
3	Гигиена питания.	<p>Научные основы питания современного человека. Пищевой статус. Научные принципы формирования рационов спортсменов. Организация питания спортсменов. Количественная адекватность питания. Величина суточных энергозатрат и энергоёмкости пищи в рационализации питания человека. Методические основы рационализации качественной адекватности питания. Анализ и</p>	<p>Знания: Нормативная документация по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности. Принципы рационального питания. Особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности.</p>

		<p>коррекция состава суточного рациона по меню-раскладке. Методические основы организации рационального питания в спортивных коллективах Профилактика пищевых отравлений в спортивных коллективах. Методы оценки доброкачественности продуктов питания.</p>	<p>Понятие «пищевой статус».</p> <p>Основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах.</p> <p>Умения: Составление базовой части меню-раскладки.</p> <p>Навыки: Владение способами расчета суточных энергозатрат.</p>
4	<p>Охрана здоровья детей и подростков. Возрастная гигиена.</p>	<p>Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности детей и подростков при проведении занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности. Физическое развитие детей и подростков. Комплексная оценка. Биологический возраст. Методы оценки. Комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков. Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности лиц пожилого возраста. Гигиенические требования к организации занятий различными видами физкультурной деятельности с лицами пожилого возраста.</p>	<p>Знания: Закономерности физического развития. Влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков. Гигиенические принципы закаливания. Гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп.</p> <p>Умения: Реализация оздоровительной эффективности физической подготовки. Соблюдение гигиенических аспектов тренировочного режима.</p> <p>Навыки: Оценка физического развития детей и подростков. Способность провести беседу о важности регулярных занятий ФК и спортом, сохранении здорового образа жизни.</p>

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1,2	Лекция №1. Гигиена – профилактическая дисциплина и наука. Гигиеническая характеристика факторов окружающей среды. Микроклимат помещений.	2
2	Лекция №2. Роль водного фактора в укреплении здоровья и повышении работоспособности лиц, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью.	2
3	Лекция №3. Научные основы питания современного человека. Пищевой статус.	2
3	Лекция № 4. Профилактика пищевых отравлений в спортивных коллективах.	2
4	Лекция №5. Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности детей и подростков.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
2.	Занятие №1. Комплексная оценка микроклимата помещений.	2
2	Занятие №2. Санитарно-гигиенические требования к системам отопления, вентиляции и освещению физкультурно-спортивных объектов.	2
2	Занятие №3. Санитарно-гигиеническая оценка качества питьевой воды и воды плавательных бассейнов.	2
3	Занятие №4. Количественная адекватность питания. Расчет суточных энергозатрат.	2
3	Занятие №5. Методические основы рационализации качественной адекватности питания.	2
3	Занятие №6. Составление меню-раскладки.	2
3	Занятие №7. Анализ суточного рациона питания по меню-раскладке.	2
3	Занятие №8. Методы оценки состояния здоровья населения в зависимости от характера питания - пищевой статус.	2
4	Занятие № 9. Методы оценки физического развития и биологического возраста детей и подростков. Комплексная оценка состояния здоровья детского населения.	2
4	Занятие № 10. Рационализация санитарно-гигиенических условий в детских дошкольных и общеобразовательных учреждениях.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: физкультурно-спортивные сооружения : учебное пособие / В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова, Ф.К. Макоева, А.А. Доможилова ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2022. — 108 с. : табл. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Макарова, Г.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности [Текст] : учебник / Г.А. Макарова, П.В. Нефедов. - Москва : Советский спорт, 2015. - 510 с. : ил.
3. Полиевский, С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности [Текст] : учебник / С.А. Полиевский. - Москва : Академия, 2014. - 270, [1] с.
4. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: водный фактор и питьевой режим : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, И.А. Меркушев; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 154 с. : табл. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена питания : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, Ф.К. Макоева; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. - 108, [1] с. : табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Гигиена физической культуры и спорта [Текст] : учебник / под ред. В. А. Маргазина, О. Н. Семенов, Е. Е. Ачкасова. - 2-е изд., доп. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. - 254, [1] с.
2. Коваль, В.И. Гигиена физического воспитания и спорта [Текст] : учебник / В.И. Коваль, Т.А. Родионова. - 3-е изд., перераб. - Москва : Академия, 2014. - 298, [1] с. : ил.
3. Кузнецова, И.А. Гигиеническая оценка питания при занятиях физической культурой и спортом : практикум / И.А. Кузнецова, В.В. Кальсина; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - 2-е изд. - Омск : СибГУФК, 2020. – 108 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Курс лекций по гигиеническим основам физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / В.А. Ляпин, И.П. Флянку, Н.В. Семенова и др. ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 229 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429363>
5. Лаптев, А.П. Лекции по общей и спортивной гигиене [Текст] : учебное пособие / А.П. Лаптев, С.А. Полиевский, О.В. Григорьева. - 2-е изд. - Москва : [Физическая культура], 2009. - 383 с.
6. Осадченко, И.В. Термический фактор в спорте и профессионально-прикладной физической подготовке [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие /

- И.В. Осадченко, С.А. Полиевский, С.В. Волохова. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 154 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Полиевский, С.А. Общая и специальная гигиена : учебник / С.А. Полиевский, А.Н. Шафранская. - М. : Академия, 2009. - 297 с.
 8. Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519722>
 9. Стеблецов, Е.А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник / Е.А. Стеблецов, А.И. Григорьев, О.А. Григорьев; под редакцией Е. А. Стеблецова. - Москва :Юрайт, 2021. - 307, [1] с. : ил.
 10. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: количественная и качественная адекватность питания студента-спортсмена [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, В.П. Башмаков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 160 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 11. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, Н.В. Дубкова, В.П. Башмаков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 128 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 12. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена факторов окружающей среды. Физкультурно-спортивные сооружения [Электронный ресурс] : учебное пособие/ Р.Б. Цаллагова, В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова. - СПб. : [б. и.], 2014. – 150 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link_isexternal\)](http://window.edu.ru/(link_isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link_isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link_isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра иностранных языков

Рабочая программа дисциплины

ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе в 1 и 2 семестрах по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: 1 семестр - *зачет с оценкой*, 2 семестр - *экзамен*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Универсальные компетенции	
Коммуникация	УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-4	<p>УК-4.1. Знает: - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации.</p> <p>УК-4.2. Умеет: - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p>УК-4.3. Владеет: - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).</p>	<p>Знает: - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации.</p> <p>Умеет: - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p>Владеет: - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).</p>

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	96	48	48						
В том числе:									
Занятия лекционного типа									
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия , лабораторные работы)	96	48	48						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет (зачет с оценкой, экзамен))	24	6	18						
Самостоятельная работа студента	96	54	42						
Общая трудоемкость	часы	216	108	108					
	зачетные единицы	6	3	3					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	About myself (О себе)	<p>1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты. Отличие английского фонетического строя от русского. Гласные звуки. Дифтонги. Согласные звуки. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке.</p> <p>2. Грамматика: Глагол «to be».оборот there is/are. Порядок слов в предложении, типы вопросов в английском языке: общий вопрос, альтернативный вопрос, специальный вопрос, разделительный вопрос, вопрос к подлежащему. Present Simple. Неправильные глаголы, Глагол «to have». Местоимения: личные (в именительном и объектном падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные. Множественное число имени существительного. Притяжательный падеж существительного. Неопределенный артикль a(an), Определенный артикль the, Past Simple, оборот «to be going to», Future Simple. Числительные. Present Continuous.</p> <p>3. Лексическая тема «About Myself»:</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).

- **General information: name, age, appearance, character, family, contact information.**
- **Daily routine.**
- **Hobbies and interests. Free time activities.**
- **My future plans.**

4. Монологическая речь: понятие, виды монологической речи (описание, повествование, рассуждение), постановка коммуникативной задачи (коммуникативное намерение), алгоритм построения монологического высказывания, организация высказывания, языковое оформление высказывания (лексический запас, грамматические структуры, фонетическое оформление) (формированию умений монологической речи – выполнение речевых (коммуникативных) упражнений (подготовленная/ неподготовленная монологическая речь))

5. Диалогическая речь: понятие, виды диалогической речи (диалог–расспрос, диалог–обмен мнениями/суждениями, диалог–побуждение к действию, этикетный диалог и их комбинации) Работа с диалогами «*Meeting people*» (аудирование, воспроизведение диалога-модели, построение нового диалогического высказывания) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)

6. Речевой этикет: понятие речевого этикета, особенности современного английского речевого этикета, формулы речевого этикета (слова, фразы, устойчивые выражения).

- Apologies. Encouragement, sympathy, regret. Congratulations and wishes.
- Doubt, disbelief, surprise.

Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)

7. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «About myself».

2.	Sport in my life (Спорт в моей жизни)	<p>1. Фонетика: словесное ударение, фразовое и логическое ударение. Мелодика английского предложения.</p> <p>2. Грамматика: Past Continuous, местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few). Future Continuous. Неопределенные местоимения и их производные. Имя прилагательное: степени сравнения. Наречие. Словообразование в английском языке (конверсия, словосложение, словослияние, сокращение, аффиксация). Present Perfect. Past Perfect. Future Perfect. Побудительные предложения.</p> <p>3. Лексическая тема «Sport in my life»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Physical education. Healthy lifestyle.</i> • <i>Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words.</i> Выполнение лексических упражнений. • <i>Mass sport and elite sport. Sports training.</i> • <i>Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries.</i> Выполнение лексических упражнений. • <i>General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance.</i> Выполнение лексических упражнений. • <i>Competitions. Athlete's career. Career problems in sport.</i> <p>4. Диалогическая речь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ролевая игра. Тема «At the doctor's» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) • «At a sporting event» (мини-диалоги) (формирование навыков 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).
----	---	--	--

		<p>диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>5. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов темы «Sport in my life» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)</p> <p>6. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «Sport in my life».</p>	
3.	Saint Petersburg (Санкт-Петербург)	<p>1. Грамматика: группа времен Perfect Continuous. Времена Simple, Continuous, Perfect, Perfect Continuous (повторение). Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, ought to, to be to, should, need, dare.</p> <p>2. Лексическая тема «St. Petersburg»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • General information • Sightseeing (показ учебной презентации «Sightseeing tour in Saint Petersburg», выполнение интерактивного задания) • показ учебного фильма «Saint Petersburg» (St. Petersburg Vacation Travel Video Guide (Expoza Travel)), выполнение интерактивного задания) <p>3. Диалогическая речь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ролевая игра «Asking the way» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) • Ролевые игры «At the museum», «At the shop», «At the café» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) <p>4. Речевой этикет. Agreement and disagreement. Misunderstanding. Clearing up things. Requests. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).

		<p>5. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры.</p> <p>6. Текущий контроль №3. Грамматический тест «Система времен английского языка (действительный залог)»</p> <p>Текущий контроль №4. Устный опрос по теме «Saint Petersburg».</p>	
4.	Lesgaft University (Университет Лесгафта)	<p>1. Грамматика: модальные глаголы (повторение), видовременная система английского глагола (повторение), страдательный залог.</p> <p>2. Лексическая тема «Lesgaft University»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Education. Student life.</i> Выполнение лексических упражнений. • <i>Текст «Lesgaft University».</i> • <i>Piotr F. Lesgaft: biography.</i> • <i>Future profession. Coaching as a social and pedagogical phenomenon.</i> <p>3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «I study at Lesgaft University» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)</p> <p>4. Речевой этикет. Asking and giving opinions. Expressing knowledge and advice. Giving reasons. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>5. Текущий контроль №5. Грамматический тест «Модальные глаголы».</p> <p>Текущий контроль №6. Устный опрос по теме «Lesgaft University».</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).
5.	Общеспортивная терминология	<p>1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог.</p> <p>2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология». Выполнение лексических</p>	<p>Знает систему государственного</p> <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой

		<p>упражнений.</p> <p>3. Устойчивые выражения и идиомы английского языка: понятие, примеры, использование в речи. Спортивные идиомы в английском языке.</p> <p>4. Текущий контроль №7. Грамматический тест «Страдательный залог». Текущий контроль №8. Лексический тест по теме «Общеспортивная терминология» (лексический минимум).</p>	<p>коммуникации.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).
6.	Перевод текстов общеспортивной тематики	<p>1. Грамматика: Видовременная система английского глагола.</p> <p>2. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля.</p> <p>3. Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое).</p> <p>4. Перевод текста с английского языка на русский: общие рекомендации, алгоритм работы с текстом, переводческие трансформации и приемы перевода. Перевод текстов общеспортивной тематики.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Organization of sport. Sports Motivation. Game-playfulness-Creativity.</i> Выполнение лексических упражнений. • <i>Sports nutrition. Movement. Methods of movement. Overtraining.</i> Выполнение лексических упражнений <p>5. Текущий контроль №9. «Перевод текстов общеспортивной тематики».</p> <p>6. Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/лексическим темам семестра)</p> <p>7. Консультация перед зачетом.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).
7.	Russia (Россия)	<p>1. Грамматика: формы глагола, причастие I и II, причастный</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного

		<p>оборот, самостоятельный причастный оборот, формы причастия I.</p> <p>2. Лексическая тема «Russia».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Russia: general information. • Travelling. Выполнение лексических упражнений. • Places to visit. Показ учебного фильма «Russia» (Russia Vacation Travel Video Guide (Exproza Travel), выполнение интерактивного задания. • Sport in Russia. <p>3. Диалогическая речь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Диалогическая речь: ролевые игры «At the ticket office», « At the airport», «At the customs» • Ролевая игра « At the hotel» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) <p>4. Речевой этикет. Invitations, arrangements, offers. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).</p> <p>5. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «Russia»</p>	<p>языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).
8.	Great Britain (Великобритания)	<p>1. Грамматика: Герундий. Герундиальный оборот. Причастие или герундий. Формы герундия.</p> <p>2. Лексическая тема «Great Britain»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • General information. • Some historical facts about Great Britain. • Daily life in Britain. (показ учебного фильма «Window on Britain» (Oxford Press)), выполнение интерактивного задания. • London: general information, sights. Показ учебной презентации. Выполнение интерактивных заданий. • Customs and traditions in Great Britain. Sports in Great Britain. • Sports in Great Britain. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).

		<p>3. Показ учебной презентации: "What do you know about Great Britain?" Выполнение интерактивных заданий.</p> <p>4. Личное письмо (Writing a postcard. Writing a letter to a friend): структура личного письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для личного письма, этикет личной переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).</p>	
9.	The USA (США)	<p>1. Грамматика: инфинитив, отличие инфинитива от герундия, инфинитивный оборот в функции сложного дополнения, инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего, формы инфинитива.</p> <p>2. Лексическая тема «The USA»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>General information.</i> • <i>Tourist attractions in The USA.</i> Показ учебной презентации. Выполнение интерактивных заданий. • <i>Customs and traditions in The USA.</i> • <i>Sports in The USA.</i> <p>3. Показ учебной презентации: "What do you know about the USA?". Выполнение интерактивных заданий.</p> <p>4. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «English-speaking countries» (Great Britain, The USA).</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).
10.	Olympic Games (Олимпийские игры)	<p>1. Грамматика: неличные формы глагола: причастие, герундий, инфинитив (повторение). Выполнение грамматических упражнений. Согласование времен. Прямая и косвенная речь. Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа.</p> <p>2. Лексическая тема «Olympic Games»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>A brief history.</i> • <i>General information.</i> • <i>The International Olympic Committee.</i> 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).

		<ul style="list-style-type: none"> • Olympic Records. <p>3. Показ учебной презентации «Olympic Champions». Выполнение интерактивного задания.</p> <p>4. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «Olympic events» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)</p> <p>5. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.</p> <p>6. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение и перевод аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).</p> <p>7. Текущий контроль №3. Грамматический тест «Неличные формы глагола (причастие, герундий, инфинитив)» Текущий контроль №4. Устный опрос по теме «Olympic Games».</p>	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).
11.	<p>My specializa tion (Моя специаль ность)</p>	<p>1. Грамматика: Согласование времен. Прямая и косвенная речь. Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа. (повторение)</p> <p>2. Лексическая тема «My specialization»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Job hunting. Выполнение лексических упражнений. • CV (Curriculum Vitae). Составление резюме. • Interview. (тема «Собеседование: устройство на работу»). Диалоги – аудирование. <p>3. Диалогическая речь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ролевая игра «Собеседование: устройство на работу» (формирование навыков диалогической речи, 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).

		<p style="text-align: center;">развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>4. Лексическая тема «Лексика специальности». Выполнение тренировочных лексических упражнений.</p> <p>5. Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала первоисточника, структура и содержание реферата, технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов.</p> <p>6. Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций.</p> <p>7. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод, реферирование и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). Краткий пересказ содержания текста.</p> <p>8. Деловое письмо (Writing a formal letter): виды деловых писем, структура и содержание делового письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для делового письма, этикет деловой переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>9. Текущий контроль №5. Грамматический тест «Согласование времен, прямая и косвенная речь, условные предложения». Текущий контроль №6. Лексический</p>	
--	--	---	--

	<p>тест по теме «Лексика специальности» (лексический минимум) Текущий контроль №7. Перевод текстов по специальности «My specialization».</p> <p>10. Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/лексическим темам семестра).</p> <p>11. Консультация перед экзаменом.</p>	
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА I СЕМЕСТР

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	ТЕМА №1 «ABOUT MYSELF» (О СЕБЕ)	
1	<p>1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты. Отличие английского фонетического строя от русского. Гласные звуки.</p> <p>2. Грамматика: Глагол «to be». оборот there is/are. Порядок слов в предложении, типы вопросов в английском языке: общий вопрос, альтернативный вопрос, специальный вопрос, разделительный вопрос, вопрос к подлежащему. Present Simple. Неправильные глаголы. Глагол «to have». Местоимения: личные (в именительном и объектном падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные. Множественное число имени существительного. Притяжательный падеж существительного.</p> <p>3. Лексическая тема «About Myself»: <i>General information: name, age, appearance, character, family, contact information.</i></p> <p>4. Монологическая речь: понятие, виды монологической речи (описание, повествование, рассуждение), постановка коммуникативной задачи (коммуникативное намерение), алгоритм построения монологического высказывания, организация высказывания, языковое оформление высказывания (лексический запас, грамматические структуры, фонетическое оформление) (формированию умений монологической речи – выполнение речевых (коммуникативных) упражнений (подготовленная/неподготовленная монологическая речь))</p> <p>5. Диалогическая речь: понятие, виды диалогической речи (диалог–расспрос, диалог–обмен мнениями/суждениями, диалог–побуждение к действию, этикетный диалог и их комбинации) Работа с диалогами «<i>Meeting people</i>» (аудирование, воспроизведение диалога-модели, построение нового диалогического высказывания) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	2
1	<p>1. Фонетика: Дифтонги. Согласные звуки. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке.</p> <p>2. Грамматика: Неопределенный артикль a(an), Определенный артикль the,</p>	2

	<p>Past Simple, оборот «to be going to», Future Simple.</p> <p>3. Лексическая тема «About Myself»: Daily routine. Hobbies and interests. Free time activities. My future plans.</p> <p>4. Речевой этикет: понятие речевого этикета, особенности современного английского речевого этикета, формулы речевого этикета (слова, фразы, устойчивые выражения).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apologies. Encouragement, sympathy, regret. Congratulations and wishes. • Doubt, disbelief, surprise. <p>Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	
1	<p>1. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «About myself».</p> <p>2. Грамматика: Числительные. Present Continuous.</p>	2
ТЕМА №2 «SPORT IN MY LIFE» (СПОРТ В МОЕЙ ЖИЗНИ)		
2	<p>1. Фонетика: словесное ударение, фразовое и логическое ударение. Мелодика английского предложения.</p> <p>2. Грамматика: Past Continuous, местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few).</p> <p>3. Лексическая тема «Sport in my life»: Physical education. Healthy lifestyle. Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words. Выполнение лексических упражнений.</p>	2
2	<p>1. Грамматика: Future Continuous.</p> <p>2. Лексическая тема «Sport in my life»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mass sport and elite sport. Sports training. • Лексическая тема «Sport in my life»: Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries. Выполнение лексических упражнений. <p>3. Ролевая игра. Тема «At the doctor's» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	2
2	<p>1. Грамматика: Неопределенные местоимения и их производные. Имя прилагательное: степени сравнения. Наречие.</p> <p>2. Лексическая тема «Sport in my life»: General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance. Выполнение лексических упражнений.</p>	2
2	<p>1. Грамматика: Словообразование в английском языке (конверсия, словосложение, словослияние, сокращение, аффиксация). Present Perfect. Past Perfect.</p> <p>2. Лексическая тема «Sport in my life»: Competitions. Athlete's career. Career problems in sport.</p> <p>3. Диалогическая речь: «At a sporting event» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	2
2	<p>1. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «Sport in my life».</p> <p>2. Грамматика: Future Perfect. Побудительные предложения.</p> <p>3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов темы «Sport in my life» (развитие навыков диалогической и</p>	2

	монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)	
ТЕМА №3 «SAINT PETERSBURG» (САНКТ-ПЕТЕРБУРГ)		
3	1. Грамматика: группа времен Perfect Continuous. 2. Лексическая тема «St. Petersburg»: <i>general information</i> 3. Диалогическая речь: Ролевая игра «Asking the way» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 4. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры.	2
3	1. Грамматика: Времена Simple, Continuous, Perfect, Perfect Continuous (повторение) 2. Лексическая тема «St. Petersburg». <i>general information</i> . 3. Диалогическая речь: Ролевые игры «At the museum», «At the shop», «At the café» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 4. Речевой этикет. Agreement and disagreement. Misunderstanding. Clearing up things. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
3	1. Текущий контроль №3. Грамматический тест «Система времен английского языка (действительный залог)» 2. Лексическая тема «Saint Petersburg»: Sightseeing (показ учебной презентации «Sightseeing tour in Saint Petersburg», выполнение интерактивного задания) 3. Речевой этикет. Requests. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	2
3	1. Грамматика: Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, ought to, to be to 2. Лексическая тема «Saint Petersburg»: показ учебного фильма «Saint Petersburg» (St. Petersburg Vacation Travel Video Guide (Expoza Travel)), выполнение интерактивного задания)	2
3	1. Текущий контроль №4. Устный опрос по теме «Saint Petersburg». 2. Грамматика: Модальные глаголы: should, need, dare.	2
ТЕМА №4 «LESGAFT UNIVERSITY» (УНИВЕРСИТЕТ ЛЕСГАФТА)		
4	1. Грамматика: модальные глаголы (повторение) 2. Лексическая тема «Lesgaft University»: <i>Education. Student life</i> . Выполнение лексических упражнений. <i>Текст «Lesgaft University»</i> . 3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «I study at Lesgaft University» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)	2
4	1. Текущий контроль №5. Грамматический тест «Модальные глаголы». 2. Лексическая тема «Lesgaft University»: <i>Pyotr F. Lesgaft: biography</i> . 3. Речевой этикет. Asking and giving opinions. Expressing knowledge and advice. Giving reasons. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
4	1. Грамматика: видовременная система английского глагола (повторение), страдательный залог. 2. Лексическая тема «Lesgaft University»: <i>Future profession. Coaching as a social and pedagogical phenomenon</i> .	2
4	1. Текущий контроль №6. Устный опрос по теме «Lesgaft University».	2

	2. Грамматика: видовременная система английского глагола (повторение), страдательный залог.	
ТЕМА №5 Общеспортивная терминология		
5	1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог. 2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология». Выполнение лексических упражнений.	2
5	1. Текущий контроль №7. Грамматический тест «Страдательный залог». 2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология». Выполнение лексических упражнений. 3. Устойчивые выражения и идиомы английского языка: понятие, примеры, использование в речи. Спортивные идиомы в английском языке.	2
5	1. Текущий контроль №8. Лексический тест по теме «Общеспортивная терминология» (лексический минимум) 2. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог.	2
ТЕМА №6 Перевод текстов общеспортивной тематики		
6	1.Грамматика: Видовременная система английского глагола. 2. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля. 3. Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое). 4. Перевод текста с английского языка на русский: общие рекомендации, алгоритм работы с текстом, переводческие трансформации и приемы перевода. 5. Перевод текстов общеспортивной тематики. <i>Organization of sport. Sports Motivation.Game-playfulness-Creativity.</i> Выполнение лексических упражнений.	2
6	1.Грамматика: Видовременная система английского глагола. 2. Перевод текстов общеспортивной тематики. <i>Sports nutrition.Movement. Methods of movement. Overtraining.</i> Выполнение лексических упражнений.	2
6	1. Текущий контроль №9. «Перевод текстов общеспортивной тематики». 2.Грамматика: Видовременная система английского глагола.	2
6	1. Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/лексическим темам семестра) 2. Грамматика: видовременная система английского глагола. 3. Консультация перед зачетом.	2

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 2 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
ТЕМА №7 «RUSSIA» (РОССИЯ)		
7	1. Грамматика: формы глагола, причастие I и II. 2.Лексическая тема «Russia». <i>Russia: general information.</i> 3. Речевой этикет. Invitations, arrangements, offers. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	2
7	1. Грамматика: причастный оборот. 2.Лексическая тема «Russia». <i>Travelling.</i> Выполнение лексических упражнений.	2

	3. Лексическая тема «Russia». <i>Places to visit</i> . Показ учебного фильма «Russia» (Russia Vacation Travel Video Guide (Expoza Travel) выполнение интерактивного задания. 4. Диалогическая речь: Ролевые игры «At the ticket office», «At the airport», «At the customs» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	
7	1. Грамматика: самостоятельный причастный оборот. 2. Лексическая тема «Russia». <i>Sport in Russia</i> . 3. Диалогическая речь: Ролевая игра «At the hotel» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
7	1. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «Russia». 2. Грамматика: формы причастия I.	2
ТЕМА №8 «GREAT BRITAIN» (ВЕЛИКОБРИТАНИЯ)		
8	1. Лексическая тема «Great Britain»: <i>General information. Some historical facts about Great Britain</i> . 2. Личное письмо (Writing a postcard. Writing a letter to a friend): структура личного письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для личного письма, этикет личной переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	2
8	1. Грамматика: герундий 2. Лексическая тема «Great Britain»: <i>Daily life in Britain</i> . (показ учебного фильма «Window on Britain» (Oxford Press)), выполнение интерактивного задания.	2
8	1. Грамматика: герундиальный оборот. 2. Лексическая тема «Great Britain»: <i>London: general information, sights</i> . Показ учебной презентации. Выполнение интерактивных заданий.	2
8	1. Грамматика: Причастие или герундий. Формы герундия. 2. Лексическая тема «Great Britain»: <i>Customs and traditions in Great Britain. Sports in Great Britain</i> . 3. Показ учебной презентации: "What do you know about Great Britain?" Выполнение интерактивных заданий.	2
8	1. Грамматика: герундий (повторение). 2. Лексическая тема «Great Britain»: <i>Sports in Great Britain</i> .	2
ТЕМА №9 «THE USA» (США)		
9	1. Грамматика: инфинитив. 2. Лексическая тема «The USA»: <i>General information</i> .	2
9	1. Грамматика: Инфинитив, отличие инфинитива от герундия. 2. Лексическая тема «The USA»: <i>Tourist attractions in The USA</i> . Показ учебной презентации. Выполнение интерактивных заданий.	2
9	1. Грамматика: инфинитивный оборот в функции сложного дополнения, инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего. 2. Лексическая тема «The USA»: <i>Customs and traditions in The USA. Sports in The USA</i> . 3. Показ учебной презентации: "What do you know about the USA?". Выполнение интерактивных заданий.	2
9	1. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «English-speaking countries» (Great Britain, The USA). 2. Грамматика: формы инфинитива.	2
ТЕМА №10 «OLYMPIC GAMES» (ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ)		
10	1. Грамматика: неличные формы глагола: причастие, герундий, инфинитив (повторение). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Olympic Games»: <i>a brief history</i> . 3. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.	2

10	<p>1. Текущий контроль №3. Грамматический тест «Неличные формы глагола (причастие, герундий, инфинитив)»</p> <p>2. Лексическая тема «Olympic Games»: <i>General information</i>.</p> <p>3. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение и перевод аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).</p> <p>4. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.</p>	2
10	<p>1. Грамматика: Согласование времен.</p> <p>2. Лексическая тема «Olympic Games»: <i>The International Olympic Committee</i>.</p> <p>3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «Olympic events» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)</p> <p>4. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.</p>	2
10	<p>1. Грамматика: Прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение).</p> <p>2. Лексическая тема «Olympic Games»: <i>Olympic Records</i>.</p> <p>3. Показ учебной презентации «Olympic Champions». Выполнение интерактивного задания.</p> <p>4. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.</p>	2
10	<p>1. Текущий контроль №4. Устный опрос по теме «Olympic Games».</p> <p>2. Грамматика: Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа.</p>	2
ТЕМА №11 «MY SPECIALIZATION» (МОЯ СПЕЦИАЛЬНОСТЬ)		
11	<p>1. Грамматика: Согласование времен. Прямая и косвенная речь. Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа. (повторение).</p> <p>2. Лексическая тема «My specialization»: <i>Job hunting</i>. Выполнение лексических упражнений.</p> <p>3. Лексическая тема «Лексика специальности». Выполнение тренировочных лексических упражнений.</p> <p>4. Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала первоисточника, структура и содержание реферата, технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов.</p> <p>5. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).</p>	2
11	<p>1. Текущий контроль №5. Грамматический тест «Согласование времен, прямая и косвенная речь, условные предложения».</p> <p>2. Лексическая тема «My specialization». <i>Job hunting</i>. Выполнение лексических упражнений.</p> <p>3. Лексическая тема «Лексика специальности». Выполнение тренировочных лексических упражнений.</p> <p>4. Деловое письмо (Writing a formal letter): виды деловых писем, структура и содержание делового письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для делового письма, этикет деловой переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	2
11	<p>1. Лексическая тема «My specialization». <i>CV (Curriculum Vitae)</i>. <i>Составление резюме</i>.</p> <p>2. Лексическая тема «Лексика специальности». Выполнение тренировочных</p>	2

	лексических упражнений. 3. Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций. 4. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов)	
11	1. Текущий контроль №6. Лексический тест по теме «Лексика специальности» (лексический минимум) 2. Лексическая тема «My specialization». <i>Interview</i> . (тема «Собеседование: устройство на работу»). Диалоги – аудирование. 3. Диалогическая речь: Ролевая игра «Собеседование: устройство на работу» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций) 4. Перевод текстов по специальности, в том числе академических текстов. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). Краткий пересказ содержания текста.	2
11	1. Текущий контроль №7. Перевод текстов по специальности «My specialization». 2. Перевод аутентичного текста (по специальности) со словарем, краткий пересказ содержания текста.	2
11	1. Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/ лексическим темам семестра). 2. Консультация перед экзаменом.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Аитов, В. Ф. Английский язык (A1—B1+) : учебное пособие для вузов / В. Ф. Аитов, В. М. Аитова, С. В. Кади. — 13-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07022-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491695>
2. Иванова, О. Ф. Английский язык. Пособие для самостоятельной работы студентов (B1-C1) : учебное пособие для вузов / О. Ф. Иванова, М. М. Шиловская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 357 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15771-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/509659>
3. Кузьменкова, Ю. Б. Английский язык + аудиозаписи : учебник и практикум для вузов / Ю. Б. Кузьменкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 412 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15064-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488823>
4. Невзорова, Г. Д. Английский язык. Грамматика : учебное пособие для вузов / Г. Д. Невзорова, Г. И. Никитушкина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 213 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09359-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490866>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Агабекян, И.П. Английский язык для бакалавров [Текст] : учебное пособие / И.П. Агабекян. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 379, [3] с. : ил.

2. Английский язык [Электронный ресурс] : учебное пособие : Ч. 2. / Московская государственная академия физической культуры ; сост.: Н.А. Шнайдер, Я.И. Глембоцкая, В.В. Алешина, Х.Р. Гулюгина, С.П. Канарский, Е.В. Пахомова, В.С. Спасова ; под ред. Н.А. Шнайдер, С.П. Канарского. - 2-е изд., испр. и доп. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 178 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Английский язык для физкультурных специальностей [Текст] = Englishforstudentsofphysicaleducation : учебник / Е.А. Баженова [и др.]; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - 6-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 344, [1] с.
4. Борисенко, Е.Г. Английский язык для физкультурных специальностей [Текст] : учебное пособие / Е.Г. Борисенко, О.А. Кравченко. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 408, [1] с.
5. Гуреев, В. А. Английский язык. Грамматика (B2) : учебник и практикум для вузов / В. А. Гуреев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 294 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07464-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516684>
6. Закалатова, М.А. Английский язык: терминология спортивного фехтования в учебных текстах и упражнениях : учебное пособие / М.А. Закалатова, Ю.Н. Ершова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 72 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Романова, С.В. Английский язык (Олимпийские виды спорта) [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.В. Романова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 277 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Сергеева, Л.Е. Английский язык как второй иностранный язык [Электронный ресурс] : учебное пособие : [в 2 ч.]. Ч. 1 : Грамматика / Л.Е. Сергеева. - СПб. : [б. и.], 2019. – 247 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Сергеева, Л.Е. Английский язык: лексика и грамматика в текстах футбольной направленности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.Е. Сергеева; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2016. – 172 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Симонова, К.Ю. EnglishforVolunteers : практикум / К.Ю. Симонова, Ю.С. Елисеева; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2020. – 140 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
11. Симонова, К.Ю. Englishforsportscience : учебное пособие с элементами рабочей тетради / К.Ю. Симонова, Ю.С. Елисеева; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2020. – 126 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
12. Смирнова, Н. В. Английский язык для менеджеров (B1—B2) : учебник для вузов / Н. В. Смирнова, А. В. Соколова, Ю. А. Дуглас. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 185 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08395-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494530>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412

- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК»:

Читальный зал библиотеки (оснащен компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета).

Учебные аудитории №№ 79, 78, 71, 72, 73, 81, 82, 83, 55 (Корпус 2, наб. реки Мойки, д. 108)

Оборудование учебной аудитории:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Методические средства обучения:

- грамматические таблицы;
- дидактические материалы;
- раздаточный материал;
- электронные материалы: учебные фильмы, презентации, учебные пособия;
- комплект учебно-наглядных пособий «Страноведение» (карты).

Технические средства обучения:

- ноутбук;
- видеопроектор (переносной);
- видеопроектор (стационарный) – ауд.55 (Корпус 2, наб. реки Мойки, д. 108);
- экраны (ауд.55,83) ((Корпус 2, наб. реки Мойки, д. 108);
- аудиоаппаратура (магнитофон).

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биомеханики

Рабочая программа дисциплины

**ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе во 2 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Универсальные компетенции	
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.
Общепрофессиональные компетенции	
Информационно-коммуникативные технологии для профессиональной деятельности	ОПК-20. Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикаторов достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-1.	<p>УК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятие и классификации систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе здравоохранения, социальной защиты и физической культуры, их целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, особенности статистической обработки данных инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, представленных в различных 	<p>УК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятие и классификации систем; - структуру и закономерности функционирования систем; - особенности системного подхода в научном познании; - понятие о системе здравоохранения, социальной защиты и физической культуры, их целях, задачах и общих принципах; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, особенности статистической обработки данных инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, представленных в различных

	<p>измерительных шкалах и анализ полученных результатов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической, медицинской, социально-психологической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы). 	<p>измерительных шкалах и анализ полученных результатов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической, медицинской, социально-психологической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы).
	<p>УК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач адаптивной физической культуры и физической культуры с позиций системного подхода. 	<p>УК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода; - обосновывать решение задач адаптивной физической культуры и физической культуры с позиций системного подхода.
	<p>УК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития адаптивной физической культуры и 	<p>УК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, физической культуры и спорта и

	<p>адаптивного спорта, физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности, в том числе с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p>	<p>эффективности физкультурно-спортивной деятельности, в том числе с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p>
<p>ОПК-20.</p>	<p>ОПК-20.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретические и практические аспекты осуществления выбора оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия для организации процесса; - правила и регламенты проведения процесса, в том числе с использованием сетевой формы реализации образовательных программ и электронного обучения; - методики и алгоритмы организации процесса в дистанционном формате; - особенности планирования и проведения занятий с использованием дистанционного формата; порядок составления отчетной документации по проведению занятий, в том числе с использованием дистанционного формата; - правила использования приборов объективного контроля, технических средств и устройств, средств измерений; - правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретические и практические аспекты осуществления выбора оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия для организации процесса; - правила и регламенты проведения процесса, в том числе с использованием сетевой формы реализации образовательных программ и электронного обучения; - методики и алгоритмы организации процесса в дистанционном формате; - особенности планирования и проведения занятий с использованием дистанционного формата; - порядок составления отчетной документации по проведению занятий, в том числе с использованием дистанционного формата; - правила использования приборов объективного контроля, технических средств и устройств, средств измерений; правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи
	<p>ОПК-20.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять выбор оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия для организации процесса; 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять выбор оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия для организации процесса;

	<ul style="list-style-type: none"> - проводить структуризацию учебных элементов, выбор формы их предъявления спортсмену или обучающемуся и подготовку плана занятий в дистанционной форме; - проводить занятия в дистанционном формате с использованием различных моделей и средств коммуникаций; применять методики контроля выполнения спортсменом или обучающимся занятий и заданий в дистанционном формате; - консультировать спортсмена или обучающегося по вопросам организации и проведения занятий в дистанционном формате; - организовывать и проводить инструктаж со спортсменом или обучающимся по соблюдению ими безопасного выполнения мероприятий при проведении занятий в дистанционном формате; - организовывать и проводить со спортсменом или обучающимся анализ занятия в дистанционном формате и корректировку процесса с учетом результатов; - вести отчетную документацию по проведению занятия в дистанционном формате; - пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. 	<ul style="list-style-type: none"> - проводить структуризацию учебных элементов, выбор формы их предъявления спортсмену или обучающемуся и подготовку плана занятий в дистанционной форме; - проводить занятия в дистанционном формате с использованием различных моделей и средств коммуникаций; применять методики контроля выполнения спортсменом или обучающимся занятий и заданий в дистанционном формате; - консультировать спортсмена или обучающегося по вопросам организации и проведения занятий в дистанционном формате; - организовывать и проводить инструктаж со спортсменом или обучающимся по соблюдению ими безопасного выполнения мероприятий при проведении занятий в дистанционном формате; - организовывать и проводить со спортсменом или обучающимся анализ занятия в дистанционном формате и корректировку процесса с учетом результатов; - вести отчетную документацию по проведению занятия в дистанционном формате; - пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи.
	<p>ОПК-20.3. Владеет навыком:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбора наиболее оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия; - структуризации учебных элементов, выбора формы их предъявления спортсмену или обучающемуся (текстовые, графические, медиа, рисунки, таблицы, слайды); - подготовки плана занятий в дистанционной форме с указанием 	<p>Владеет навыком:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбора наиболее оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия; - структуризации учебных элементов, выбора формы их предъявления спортсмену или обучающемуся (текстовые, графические, медиа, рисунки, таблицы, слайды); - подготовки плана занятий в дистанционной форме с указанием времени на каждый пункт плана;

	<p>времени на каждый пункт плана; проведением занятий в дистанционном формате, в том числе с использованием: кейс-технологий, которые основываются на использовании наборов (кейсов) текстовых, аудиовизуальных и мультимедийных учебно-методических материалов и их рассылке для самостоятельного освоения спортсмену или обучающемуся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - сетевых технологий, использующих телекоммуникационные сети для обеспечения занимающихся учебным и методическим материалом; контроля выполнения спортсменом или обучающимся мероприятий в дистанционном формате; - проведения инструктажа со спортсменом или обучающимся по соблюдению ими безопасного выполнения мероприятий при проведении занятий в дистанционном формате; - проведения со спортсменом или обучающимся анализа проведения занятия в дистанционном формате и возможности корректировки процесса с учетом результатов; отчета по проведенным занятиям в дистанционном формате, в том числе в форме аудио- и видеозаписей 	<p>проведением занятий в дистанционном формате, в том числе с использованием: кейс-технологий, которые основываются на использовании наборов (кейсов) текстовых, аудиовизуальных и мультимедийных учебно-методических материалов и их рассылке для самостоятельного освоения спортсмену или обучающемуся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - сетевых технологий, использующих телекоммуникационные сети для обеспечения занимающихся учебным и методическим материалом; контроля выполнения спортсменом или обучающимся мероприятий в дистанционном формате; - проведения инструктажа со спортсменом или обучающимся по соблюдению ими безопасного выполнения мероприятий при проведении занятий в дистанционном формате; - проведения со спортсменом или обучающимся анализа проведения занятия в дистанционном формате и возможности корректировки процесса с учетом результатов; отчета по проведенным занятиям в дистанционном формате, в том числе в форме аудио- и видеозаписей
--	---	--

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Предмет информатики	<p>Сигналы. Данные, информация. Общая характеристика процессов сбора, передачи, обработки и накопления информации. Мировая история развития информации и средств вычислительной техники. История развития средств вычислительной техники в России, СССР. Принципы построения средств вычислительной техники. Логические основы ЭВМ. Классификация компьютеров. Основные внутренние и внешние устройства компьютера их назначение и основные технические характеристики.</p>	<p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - понятие и классификация систем; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи. <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией, представленной в различной форме; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды. <p><u>Имеет опыт:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета.
2.	Аппаратное обеспечение средств вычислительной техники	<p>Классификация компьютеров. Основные внутренние и внешние устройства компьютера их назначение и основные технические характеристики.</p>	<p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных. <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - анализировать информационные ресурсы. <p><u>Имеет опыт:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.

3.	Программное обеспечение средств вычислительной техники	Классификация программных средств. Назначение программного обеспечения. Основные группы прикладного программного обеспечения. Структура, назначение этапы создания БД. Работа с реляционными базами данных. Основные элементы баз данных.	<p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами. <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках. <p><u>Имеет опыт:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.
4.	Компьютерные сети	Основные понятия сетей, топология, правила функционирования. Основные сетевые устройства. Программы для работы в сетях. Основные причины потери информации. Защита информации на персональном компьютере, в сетях и на сменных носителях.	<p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами. <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды;

			- анализировать информационные ресурсы.
			Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития физической культуры и спорта и эффективности физкультурно-спортивной деятельности.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Лекция 1. Предмет информатики. Основные понятия и методы теории информатики и кодирования. Введение в информатику. Информатика как наука и учебная дисциплина. История развития информации и вычислительной техники. Организация информации и основные виды архитектуры ЭВМ. История вычислительной техники.	2
2	Лекция 2. Аппаратное обеспечение средств вычислительной техники Аппаратное обеспечение компьютера.	2
3	Лекция 3. Программное обеспечение средств вычислительной техники Программное обеспечение (ПО) компьютера.	2
	Лекция 4. Базы данных. Системы управления базами данных.	2
4	Лекция 5. Сети. Организация сетей, основные понятия сетей и принципы передачи информации в сетях. Компьютерные сети. Безопасность и защита информации.	2
Итого		10

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>
3	Практическое занятие 1. Файловая структура.	2
	Практическое занятие 2. WORD – форматирование текста, создание стилей, создание таблиц.	2
	Практическое занятие 3. Текущий контроль 2 - WORD	2
	Практическое занятие 4. EXCEL – ввод и редактирование данных. Элементарные расчёты, построение графиков.	2
	Практическое занятие 5. Текущий контроль 3 - EXCEL	2
	Практическое занятие 6. POWER POINT - ознакомление, создание презентации, оформление, вставка объектов, настройка анимации, смена слайдов	2

	Практическое занятие 7. Текущий контроль 4 - POWER POINT	2
ИТОГО		14

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Барникова, И.Э. Компьютерная обработка экспериментальных данных в педагогике и биомеханике в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.Э. Барникова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 186 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Кимяев, Д.И. Информационные технологии в туристической индустрии [Текст] : учебное пособие / Д.И. Кимяев, Г.А. Костин, В.В. Курлов. - Санкт-Петербург : Троицкий мост, 2014. - 203 с.
3. Петров, П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте [Текст] : учебник / П.К. Петров. - 2-е изд., перераб. - М. : Академия, 2011. - 285, [1] с. : ил.
4. Соколова, В. В. Вычислительная техника и информационные технологии. Разработка мобильных приложений : учебное пособие для вузов / В. В. Соколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 175 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-6525-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490305>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения [Текст] : учебник / И.С. Барчуков. - Москва :Кнорус, 2014. - 297 с. : ил.
2. Ветитнев, А. М. Информационные технологии в туристской индустрии : учебник для вузов / А. М. Ветитнев, В. В. Коваленко, В. В. Коваленко. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 340 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07375-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490903>
3. Гаврилов, М. В. Информатика и информационные технологии : учебник для вузов / М. В. Гаврилов, В. А. Климов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 355 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15819-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/509820>
4. Евсеев, Ю.И. Физическая культура [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ю.И. Евсеев. - Изд. 9-е, стер. - Ростов н/Д : Феникс, 2014. - 444, [1] с. : ил.
5. Информационные технологии [Текст] : учебник / Санкт-Петербургский государственный экономический университет ; под ред. В. В. Трофимова. - Москва :Юрайт, 2014. - 624 с. : ил.
6. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 232 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07632-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514551>
7. Организация безопасной работы информационных систем : учебное пособие / Ю.Ю. Громов, Ю.Ф. Мартемьянов, Ю.К. Букурако и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Тамбовский

- государственный технический университет». - Тамбов : Издательство ФГБОУ ВПО «ТГТУ», 2014. - 132 с. : ил. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277794>
8. [Петров, П.К. Практикум по информационным технологиям в физической культуре и спорте : учебное пособие / П.К. Петров, Э.Р. Ахмедзянов, О.Б. Дмитриев. - Москва : Академия, 2010. - 286, \[1\] с. : ил.](#)
 9. Рязанова, З. Г. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебное пособие / З. Г. Рязанова, В. В. Янов. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2015. — 194 с. — ISBN 978-5-85981-740-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158702>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
 10. Советов, Б. Я. Информационные технологии : учебник для вузов / Б. Я. Советов, В. В. Цехановский. — 7-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 327 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00048-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510751>
 11. Яшин, В.Н. Информатика. Программные средства персонального компьютера [Текст] : учебное пособие / В.Н. Яшин. - Москва : ИНФРА-М, 2017. - 234, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](#)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](#)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](#)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №28 (2 этаж, нежилое помещение №23) – Специализированная мебель: Учебный стол-40шт., скамья-40шт., стол письменный-1шт., доска меловая-2шт. Оборудование: стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92), персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400), комплект усилительного оборудования VOLTA E-12A-1-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

1. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №35 (2 этаж, нежилое помещение №29) – Специализированная мебель: Компьютерные столы-20шт.; стул-42шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-4шт., персональный компьютер IRU Office 313-20шт., источник бесперебойного питания PowerCom WAR-1000A-20шт., проектор EPSON EMP-1717(V11H228170)-1шт., экран DINON Manual 180x240MW настенный- 1шт., Ноутбук HP ProBook 450 G3(4BD32ES)-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Операционная система ROSA Enterprise RU – №лицензии srl00510-1s-f-201118-14 по rl00510-1s-f-201118-44 от 20.11.2018 г., срок использования – бессрочно. Creative cloud for teams ALL APPs ALL Multiple Platforms (для работы с фотографиями, дизайном, видео, веб-контентом, UX) №лицензии 02FA6426B041BB81E77A от 18.08.2020г., срок использования – ежегодная пролонгация. Программное обеспечение для видеоконференций Polycom RealPresence Desktop, №лицензии 5150-75109-001 от 19.11.2018г., срок использования – бессрочно. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. Statgraphics Centurion – Сублицензионный договор №К-05 от 04.02.2015г. срок использования – бессрочно. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно

2. Специализированная аудитория №34 (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и

промежуточной аттестации) (2 этаж, нежилое помещение №26) - Специализированная мебель: Учебный стол-21шт., письменный стол-1шт.; стул-43шт. Оборудование: Беспроводной аппаратно-программный комплекс биологической обратной связи Delsys-1шт., велотренажер Polo S-1шт., вибрационный вискоэластомер биотканей ВВЭМ-05-1шт., монитор сердечного ритма Поляр 625-1.шт., регистратор поверхностных электромиограмм-1шт., телевизор SAMSUNG CS-21-1шт., фотоаппарат Canon A 620+SD Kingston 512Mb-1шт., ноутбук ASUS X71SL 17.1"WXGA C2D T5900-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Операционная система ROSA Enterprise RU – №лицензии r100510-1s-f-201118-14 по r100510-1s-f-201118-44 от 20.11.2018 г., срок использования – бессрочно. Creative cloud for teams ALL APPs ALL Multiple Platforms (для работы с фотографиями, дизайном, видео, веб-контентом, UX) №лицензии 02FA6426B041BB81E77A от 18.08.2020г., срок использования – ежегодная пролонгация. Программное обеспечение для видеоконференций Polycom RealPresence Desktop, №лицензии 5150-75109-001 от 19.11.2018г., срок использования – бессрочно. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. Statgraphics Centurion – Сублицензионный договор №К-05 от 04.02.2015г. срок использования – бессрочно. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVu); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биохимии

Рабочая программа дисциплины

**ЛАБОРАТОРНЫЙ И БИОХИМИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ В
СПОРТЕ**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные компетенции	
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
Организационно-методический	ПК-2. Способен обеспечивать решение задач профессиональной деятельности в соответствии с особенностями медико-биологического и психологического обеспечения занятий физической культурой и спортом.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-13.	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за

	<p>за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>лаборатории.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
<p>ПК-1.</p>	<p>ПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>ПК-2.2. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>ПК-2.3. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>ПК-2.4. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном

<p>тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>ПК-2.5. Владеет:</p> <p>- методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.</p>	<p>виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Владеет:</p> <p>- методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.</p>
---	---

2.2 ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:
очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	24					24			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	8					8			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	16					16			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	6					6			
Самостоятельная работа студента	42					42			
Общая трудоемкость	часы	72				72			
	зачетные единицы	2				2			

2.3 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:
ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая характеристика лабораторной медицины. Методы исследований, информативность лабораторных исследований	Общая характеристика лабораторной медицины и прикладной биохимии. Методы исследований, информативность лабораторных исследований.	

2.	Этапы лабораторного исследования. Причины лабораторных ошибок. Обеспечение качества лабораторных исследований	Преаналитический и постаналитический этапы лабораторного исследования. Анализ причин лабораторных ошибок на этапах исследования. Система обеспечения качества лабораторных исследований как система безопасности пациента: принципы внутрилабораторного контроля, внешняя оценка качества	Имеет опыт: - владения актуальными средствами контроля функционального состояния и работоспособности спортсменов на различных этапах подготовки; - владения алгоритмом составления программ мониторинга за функциональным состоянием и работоспособностью спортсменов на различных этапах подготовки;
3	Клиническая биохимия. Оценка белкового обмена	Методы лабораторного анализа компонентов белкового обмена. Биологическая и аналитическая вариация исследований общего белка, белковых фракций, аминокислот. Референсные интервалы. Клиническое значение определения.	Умеет: - организовывать и реализовывать программы персонального мониторинга за функциональным состоянием спортсменов на всех этапах подготовки; - интерпретировать данные мониторинга и формулировать рекомендации по коррекции тренировочных мероприятий высококвалифицированных спортсменов
4	Клиническая биохимия. Оценка липидного обмена	Методы лабораторного анализа компонентов липидного обмена. Биологическая и аналитическая вариация исследований холестерина, липопротеидов, расчетные коэффициенты. Референсные интервалы. Клиническое значение определения. Применение в спорте и для ветеранов спорта.	Знает: - особенности ориентации, отбора и селекции в различных видах спорта; - модельные характеристики вида спорта и требования Федерального стандарта; - особенности документооборота при реализации мероприятий медико-биологического сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.
5	Клиническая биохимия. Оценка углеводного обмена у спортсменов	Методы лабораторного анализа компонентов углеводного обмена. Биологическая и аналитическая вариация исследований глюкозы, гликированного гемоглобина, инсулина. Референсные интервалы. Клиническое значение определения	Умеет: - планировать мероприятия медико-биологического сопровождения подготовки квалифицированных спортсменов с учетом модельных характеристик вида спорта и нормативов Федерального стандарта;

			- обобщать и анализировать данные медико-биологического обследования высококвалифицированных спортсменов; - готовить информационно-аналитические материалы по результатам обследований спортсменов
6	Лабораторная экспресс-диагностика в спорте.	Организация работы экспресс-лаборатории. Ассортимент методов исследований. Требования к скорости выполнения. Клиническое значение определения показателей водно-электролитного и кислотно-основного баланса	Умеет: - планировать мероприятия медико-биологического сопровождения подготовки квалифицированных спортсменов с учетом модельных характеристик вида спорта и нормативов Федерального стандарта; - обобщать и анализировать данные медико-биологического обследования высококвалифицированных спортсменов; - готовить информационно-аналитические материалы по результатам обследований спортсменов

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция №1. Общая характеристика лабораторной медицины и прикладной биохимии. Методы исследований, информативность лабораторных исследований	2
2.	Лекция №2. Этапы лабораторного исследования. Причины лабораторных ошибок. Обеспечение качества лабораторных исследований Биологическая роль гормонов в реализации физической активности. Метаболические эффекты и физиологические проявления действия основных гормонов: кортизола, катехоламинов. Роль адаптационных резервов при физической нагрузке.	2
3.	Лекция №3 Методы лабораторного анализа компонентов белкового обмена. Биологическая и аналитическая вариация исследований общего белка, белковых фракций, аминокислот. Референсные интервалы. Клиническое значение определения	2

4.	Лекция №4. Методы лабораторного анализа компонентов углеводного обмена. Биологическая и аналитическая вариация исследований глюкозы, гликированного гемоглобина	2
----	---	---

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Семинар №1. Введение в биохимические и лабораторные методы. Правила проведения лабораторных исследований	2
2.	Семинар №2. Возможность и точность определения основных биохимических параметров в крови, моче, слюне, конденсате выдыхаемого газа.	2
3.	Семинар №3. Биохимические показатели, наиболее часто используемые в биохимии спорта Спектрофотометрическое определение молочной кислоты в различных биосубстратах. Определение креатинина в различных биосубстратах. Точность и интерпретация результата. Оценка состояния мышечной системы, контроль за процессом сгонки веса.	2
4.	Семинар №4. Выбор биохимических показателей, наиболее точно характеризующих степень адаптационных изменений, их сравнение до и после нагрузки, интерпретация результатов. Оценка степени адаптации к специальной работе после нагрузки, совпадающей со спортивной специализацией. Спектрофотометрическое определение общих и небелковых SH-групп и связь данного показателя с общим состоянием антиоксидантной системы.	2
5.	Семинар №5. Определение глюкозы в различных биосубстратах. Нормальные значения глюкозы в крови, гипо- и гипергликемия. Точность и интерпретация результата.	2
6.	Семинар №6 Определение липидограммы.	2
7.	Семинар №7 Клинический анализ крови, значение определения гемоглобина. Спектрофотометрическое определение малонового диальдегида, диеновой конъюгации. Биохимический анализ мочи. Клинический анализ мочи Определение глутатиона и глутатионредуктазы, витамина Е, активности каталазы и пероксидазы. Использование данных показателей для оценки состояния антиоксидантной системы.	4

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 148 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Рухляда, Л.К. Курс лекций по спортивной биохимии : учебное пособие / Л.К. Рухляда, В.Е. Могилёв, А.Л. Крамаренко; Дальневосточная государственная академия физической культуры, Хабаровск. - Хабаровск : ДВГАФК, 2019. – 109 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Бурякин, Ф.Г. Диагностика утомления и симптоматика восстановления в спорте (методологические основы) : учебник / Ф.Г. Бурякин. - Москва : РУСАЙНС, 2021. - 145 с. : ил.
2. Ершов, Ю. А. Биохимия человека : учебник для вузов / Ю. А. Ершов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 466 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07769-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490241>
3. Михайлов, С.С. Биохимия двигательной деятельности : учебник / С.С. Михайлов. - 8-е изд., стер. - Москва : Спорт : Человек, 2021. - 291, [1] с. : ил.
4. Невзорова, Т.Г. Прикладные задачи биохимического контроля в спорте. Основные биохимические маркеры оценки состояния здоровья спортсмена и переносимости физических нагрузок : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 94 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Никулин, Б.А. Биохимический контроль в спорте : [методическое пособие] / Б.А. Никулин, И.И. Родионова. - Москва : Советский спорт, 2011. - 228 с.
6. Фактор, Э.А. Прикладные задачи биохимического контроля в спорте (Часть III) : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2018. – 65 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://elibrary.rsl.ru/link> isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/link> isexternal)
- Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/link> isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

1. Биохимическая лаборатория с
2. Мультимедийный комплекс
3. Мультимедийные лекции
4. Демонстрационные приборы

5. Биохимический анализатор
6. ПК и программное обеспечение
7. Химическая посуда
8. Автоматические дозаторы
9. Центрифуга лабораторная
10. Экспресс-анализатор крови
11. Фотоэлектроколориметры
12. Спектрофотометры
13. Холодильники
14. Экспресс-анализатор мочи
15. Наборы реактивов и полуавтоматическое оборудование для определения наиболее часто используемых в биохимии спорта параметров (лактат, глюкоза)

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра спортивной медицины и комплексной реабилитации

Рабочая программа дисциплины

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 8 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные компетенции	
Организационно-методический	ПК-2. Способен обеспечивать решение задач профессиональной деятельности в соответствии с особенностями медико-биологического и психологического обеспечения занятий физической культурой и спортом

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ПК- 2	ПК-2.1 Знает: - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;	Знает: - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;
	ПК-2.2 Знает: - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.	Знает: - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.
	ПК-2.3 Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;	Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга;
	ПК-2.4. Умеет: - применять методики психологического и медико-	Умеет: - применять методики психологического и медико-

	биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.	биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.
	ПК-2.5. Владеет: - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.	Владеет: - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестр
		8
Контактная работа преподавателей с обучающимися		
В том числе:		
Занятия лекционного типа	2	2
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	42	42
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	6	6
Самостоятельная работа студента	22	22
Общая трудоемкость	часы	72
	зачетные единицы	2

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Основы ЛФК. ЛФК в ортопедии.	Введение в предмет. Механизмы лечебного действия физических упражнений. Классификация и характеристика физических упражнений.	Знать: - механизма лечебного и оздоровительного действия физических упражнений; - основные формы и методики лечебной физической культуры для наиболее распространённых заболеваний и повреждений;

		<p>Двигательные режимы в системе ЛФК.</p> <p>ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - показания и противопоказания к применению форм и методик лечебной физической культуры. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять объем и интенсивность физической нагрузки с учетом особенности работоспособности занимающегося; - Определять формы, методы и средства для решения общих и специальных задач в ЛФК; - Выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами нормирования, контроля и коррекции нагрузок; - методами диагностики индивидуальных особенностей и подготовленности занимающихся; - Навыками оценки функционального состояния для выбора двигательного режима
2.	ЛФК в травматологии	<p>ЛФК при переломах трубчатых костей верхних и нижних конечностей.</p> <p>ЛФК при переломах позвоночника.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-физиологические и психологические особенности человека в разные возрастные периоды; - механизма лечебного и оздоровительного действия физических упражнений; - основные формы и методики лечебной физической культуры для наиболее распространенных заболеваний и повреждений; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять объем и интенсивность физической нагрузки с учетом особенности работоспособности занимающегося; - определять формы, методы и средства для решения общих и специальных задач в ЛФК; - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; - проводить занятие по ЛФК при основных заболеваниях - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; <p>Владеть:</p>

			<ul style="list-style-type: none"> - способами нормирования, контроля и коррекции нагрузок; - Навыками оценки функционального состояния для выбора двигательного режима - Навыками составления комплексов упражнений с учётом функционального состояния; - Навыками оценки функционального состояния при основных заболеваниях;
3.	ЛФК при заболеваниях внутренних органов.	ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-физиологические и психологические особенности человека в разные возрастные периоды; - механизма лечебного и оздоровительного действия физических упражнений; - основные формы и методики лечебной физической культуры для наиболее распространённых заболеваний и повреждений; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять объем и интенсивность физической нагрузки с учетом особенности работоспособности занимающегося; - определять формы, методы и средства для решения общих и специальных задач в ЛФК; - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; - проводить занятие по ЛФК при основных заболеваниях - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами нормирования, контроля и коррекции нагрузок; - Навыками оценки функционального состояния для выбора двигательного режима - Навыками составления комплексов упражнений с учётом функционального состояния; - Навыками оценки функционального состояния при основных заболеваниях;

4.	ЛФК при травмах и заболеваниях нервной системы.	ЛФК при травмах и заболеваниях ЦНС. периферической нервной системы.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-физиологические и психологические особенности человека в разные возрастные периоды; - механизма лечебного и оздоровительного действия физических упражнений; - основные формы и методики лечебной физической культуры для наиболее распространённых заболеваний и повреждений; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять объем и интенсивность физической нагрузки с учетом особенности работоспособности занимающегося; - определять формы, методы и средства для решения общих и специальных задач в ЛФК; - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; - проводить занятие по ЛФК при основных заболеваниях - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами нормирования, контроля и коррекции нагрузок; - Навыками оценки функционального состояния для выбора двигательного режима - Навыками составления комплексов упражнений с учётом функционального состояния; - Навыками оценки функционального состояния при основных заболеваниях;
5.	ЛФК при заболеваниях и травмах органов зрения	ЛФК при заболеваниях и травмах органов зрения	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-физиологические и психологические особенности человека механизма лечебного и оздоровительного действия физических упражнений; - основные формы и методики лечебной физической культуры для наиболее распространённых заболеваний и повреждений;

			<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять объем и интенсивность физической нагрузки с учетом особенности работоспособности занимающегося; - определять формы, методы и средства для решения общих и специальных задач в ЛФК; - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; - проводить занятие по ЛФК при основных заболеваниях - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами нормирования, контроля и коррекции нагрузок; - Навыками оценки функционального состояния для выбора двигательного режима - Навыками составления комплексов упражнений с учётом функционального состояния; - Навыками оценки функционального состояния при основных заболеваниях.
б.	ФК с населением из разных групп здоровья	Особенности занятий ФК с лицами в учебных заведениях, пожилого и старческого возраста.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-физиологические и психологические особенности человека в разные возрастные периоды; - механизма лечебного и оздоровительного действия физических упражнений; - основные формы и методики лечебной физической культуры для наиболее распространённых заболеваний и повреждений; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять объем и интенсивность физической нагрузки с учетом особенности работоспособности занимающегося; - определять формы, методы и средства для решения общих и специальных задач в ЛФК; - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений;

			<ul style="list-style-type: none"> - проводить занятие по ЛФК при основных заболеваниях - выбирать основные методы оценки эффективности применения физических упражнений; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами нормирования, контроля и коррекции нагрузок; - Навыками оценки функционального состояния для выбора двигательного режима - Навыками составления комплексов упражнений с учётом функционального состояния; - Навыками оценки функционального состояния при основных заболеваниях.
--	--	--	--

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция №1. Введение в предмет. История развития. ЛФК на этапах восстановительного лечения. Формы проведения ЛФК. Средства, методы и методики ЛФК. Роль ЛФК в комплексном лечении. Двигательные режимы в ЛФК. Классификация физических упражнений, применяемых с лечебной целью. ЛФК при нарушениях осанки и сколиотической болезни. Понятие об осанке. Причины и виды нарушения осанки. Значение физических упражнений в формировании осанки. Особенности методики ЛФК при видах нарушений осанки. Оценка эффективности занятий. Понятие о сколиотической болезни. Этиопатогенез и классификация сколиотической болезни. Методы лечения при непрогрессирующих сколиозах Роль физических упражнений в комплексном лечении сколиотической болезни. Особенности методики ЛФК при сколиотической болезни. Оценка эффективности занятий. Анатомо-биомеханическая характеристика стопы. Виды и причины плоскостопия. Особенности методики ЛФК при различных видах плоскостопия. Роль физических упражнений в профилактике плоскостопия. Оценка эффективности занятий.	1
2.	Лекция №2. ЛФК при диафизарных переломах конечностей. Классификация и характеристика травм. Понятие о травматической болезни. Современные методы лечения травм и роль физических упражнений в комплексном лечении. Двигательные режимы при диафизарных переломах. Оценка эффективности занятий. ЛФК при переломах позвоночника. Анатомо-биомеханические особенности функции позвоночника. Классификация травм позвоночника. Современные методы лечения переломов позвоночника. Роль физических упражнений в комплексном лечении переломов позвоночника. Двигательные режимы при компрессионных переломах поясничного отдела позвоночника.	1

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1	<p>Практическое занятие 1. Вводное занятие. *</p> <p><i>Основные понятия.</i> Двигательные режимы в системе ЛФК.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Классификация физических упражнений. 2. Щадящий двигательный режим. 3. Тонизирующий двигательный режим. 4. Восстановительный двигательный режим. 5. Тренирующий двигательный режим. 	2*
1	<p>Практическое занятие 2. ЛФК при нарушениях осанки. *</p> <p>ЛФК при сколиотической болезни.</p> <p><i>Основные понятия.</i> Осанка. Фронтальная плоскость. Сагиттальная плоскость. Нарушение осанки. Сколиотической болезнью.</p> <p>План занятия.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятие об осанке. 2. Причины нарушения осанки. 3. Нарушение осанки в сагиттальной и фронтальной плоскостях. 4. Самостоятельное проведение занятия ЛФК у детей с нарушениями осанки. 5. Понятие о сколиотической болезни. 6. Причины сколиотической болезни. 7. Понятие о плоскостопии. 8. ЛФК при плоскостопии. 9. Анализ проведенного занятия. 	2*
2	<p>Практическое занятие 3. ЛФК при переломах трубчатых костей верхних конечностей.</p> <p><i>Основные понятия.</i> Травматическая болезнь, переломы верхних конечностей.</p> <p><i>План занятия.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Краткая анатомия трубчатых костей верхних конечностей. 2. Классификация переломов верхних конечностей. 3. Понятие о травматической болезни. 4. Методы лечения при переломах костей верхних конечностей. 5. Оценка эффективности занятий ЛФК при переломах костей верхних конечностей. 6. Обсуждение проведенного занятия. 	2
2	<p>Практическое занятие 4. ЛФК при переломах трубчатых костей нижних конечностей. *</p> <p><i>Основные понятия.</i> Переломы.</p> <p><i>План занятия.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Краткая анатомия трубчатых костей нижних конечностей. 2. Классификация переломов нижних конечностей. 3. Понятие о травматической болезни. 4. Методы лечения при переломах костей нижних конечностей. 5. Оценка эффективности занятий ЛФК при переломах костей нижних конечностей. 6. Обсуждение проведенного занятия. 	2*
2	<p>Практическое занятие 5. ЛФК при переломах позвоночного столба.</p> <p><i>Основные понятия.</i> Травмы и заболевания позвоночника.</p> <p><i>План занятия.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Краткая анатомия позвоночного столба. Строение. Функции. 2. Классификация переломов позвоночника. 3. Причины переломов позвоночника. 4. Клиническая картина переломов позвоночника. 5. Методы лечения переломов позвоночника. 6. Особенности проведения ЛФК при переломе позвоночника в зависимости от двигательного режима. 7. Самостоятельное проведение занятия ЛФК при переломе позвоночника. 	2

3	<p>Практическое занятие 6. ЛФК при заболеваниях сердца. *</p> <p>Основные понятия: нейрогуморальные механизмы, недостаточность кровообращения, экстракардиальные факторы, периферическое кровообращение, инфаркт миокарда.</p> <p>План занятий:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Краткая клиническая характеристика наиболее распространенных заболеваний сердца (ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда). 2. Двигательные режимы при заболеваниях сердца. 3. Особенности методики ЛФК при ишемической болезни сердца и инфаркте миокарда. 4. Краткая клиническая характеристика при атеросклерозе 5. Оценка эффективности занятий. 	2*
3	<p>Практическое занятие 7. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.</p> <p>Основные понятия: дыхательная система, дыхательная недостаточность, дыхательные упражнения, пневмония, бронхиальная астма.</p> <p>План занятий:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Краткая клиническая характеристика основных заболеваний дыхательной системы (острая пневмония, бронхиальная астма). 2. Двигательные режимы при заболеваниях органов дыхания. 3. Особенности методики ЛФК при основных заболеваниях дыхательной системы. 4. Оценка эффективности занятий. 	2
3	<p>Практическое занятие 8. ЛФК при заболеваниях органов пищеварения.</p> <p>Основные понятия: пищеварительная система, гастрит, язвенная болезнь, спланхноптоз, ожирение.</p> <p>План занятий:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Краткая клиническая характеристика основных заболеваний пищеварительной системы (гастрит, язвенная болезнь, спланхноптоз, ожирение). 2. Двигательные режимы при заболеваниях органов пищеварения. 3. Особенности методики ЛФК при основных заболеваниях пищеварительной системы. 4. Оценка эффективности занятий. 	2
4	<p>Практическое занятие 9. Клиническая практика.</p> <p>ЛФК при травмах и заболеваниях центральной нервной системы.</p> <p>Основные понятия: функции центральной нервной системы, расстройство головного кровообращения, опухоли головного мозга, травмы и инфекционные заболевания ЦНС.</p> <p>План занятий:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Краткая клиническая характеристика травм ЦНС. 2. Двигательные режимы при заболеваниях и травмах ЦНС. 3. Особенности методики ЛФК при острых нарушениях мозгового кровообращения. 4. Оценка эффективности занятий. 	2
4	<p>Практическое занятие 10. Клиническая практика.</p> <p>ЛФК при заболеваниях и травмах периферической нервной системы.</p> <p>Основные понятия: периферическая нервная система, неврит,</p> <p>План занятий:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Этиопатогенез при заболеваниях и травмах периферической нервной системы. 2. Двигательные режимы при заболеваниях и травмах периферической нервной системы. 3. Методика ЛФК при травмах нервов конечностей (лучевой, малоберцовый), неврите лицевого нерва. 4. Оценка эффективности занятий. 	2
4	<p>Практическое занятие 11. ЛФК при остеохондрозе позвоночника. *</p> <p>Клиническая практика, функциональная стадия и органическая стадия.</p> <p>Основные понятия: остеохондроз, люмбагия.</p> <p>План занятий:</p>	2*

	<p>1. Этиопатогенез при остеохондрозе позвоночника.</p> <p>2. Двигательные режимы при остеохондрозе позвоночника на функциональной стадии и органической стадиях.</p> <p>3. Методика ЛФК при остеохондрозе позвоночника.</p> <p>4. Оценка эффективности занятий.</p>	
5, 6	<p>Практическое занятие 12. Особенности занятий с населением из разных групп здоровья. Этиопатогенез и клинические проявления нарушения зрения. Основные понятия: медицинские группы в учебных учреждениях, формы и особенности ЛФК.</p> <p>План занятий:</p> <p>1. Классификация возрастных групп.</p> <p>2. Классификация групп здоровья и медицинских групп.</p> <p>3. Возрастные физиологические изменения и двигательная активность в медицинских группах.</p> <p>4. Методика ЛФК при нарушениях зрительной функции.</p> <p>5. Роль физических упражнений в комплексном лечении при нарушениях зрительной функции.</p>	2
5, 6	<p>Практическое занятие 13. Особенности занятий с лицами среднего, пожилого и возраста.*</p> <p>Основные понятия: возрастные изменения лиц среднего и пожилого возраста, двигательная активность, медицинские группы, формы и особенности ЛФК для лиц среднего и пожилого возраста. Этиопатогенез и клинические проявления нарушения зрения. Основные понятия: медицинские группы в учебных учреждениях, формы и особенности ЛФК.</p> <p>План занятий:</p> <p>1. Классификация медицинских групп.</p> <p>2. Особенности методики ЛФК в специальной медицинской группе.</p> <p>4. Оценка эффективности занятий.</p> <p>3. Классификация возрастных групп.</p> <p>4. Возрастные физиологические изменения и двигательная активность.</p> <p>5. Особенности методики у лиц среднего и пожилого возраста.</p> <p>6. Методика ЛФК при нарушениях зрительной функции.</p> <p>7. Роль физических упражнений в комплексном лечении при нарушениях зрительной функции.</p>	2*

Прим.: * - интерактивные занятия

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Вайнер, Э.Н. Лечебная физическая культура : учебник. - Москва :Кнорус, 2018. - 345 с. : ил.
2. Карасёва, Т.В. Лечебная физическая культура при заболеваниях нервной системы : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, С.Ю. Толстова. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 163 с. : ил.
3. Лечебная физическая культура при терапевтических заболеваниях : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 157 с.
4. Лечебная физическая культура при заболеваниях людей пожилого возраста : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов [и др.]. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 218 с.
5. Лечебная физическая культура при заболеваниях детского возраста : учебное пособие / Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 222 с. : табл.

6. Смирнов, Г.И. Основы лечебной физической культуры в травматологии и ортопедии : учебное пособие / Г.И. Смирнов, Д.И. Шадрин; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. – 173 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
7. Смирнов, Г.И. Основы лечебной физической культуры в терапии : учебное пособие / Г.И. Смирнов, В.Ф. Лутков, Д.И. Шадрин; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. – 190 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
8. Смирнов, Г.И. Методы оценки функционального состояния на занятиях лечебной физической культурой : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2018. – 62 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Артамонова, Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учебное пособие. - Москва : ВЛАДОС, 2014. - 389 с.
2. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494144>
3. Ериков, В.М. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учебное пособие / В.М. Ериков, А.А. Никулин, Т.В. Иванникова; Рязанский государственный университет им. С.А. Есенина. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 190 с. : ил.
4. Лечебная физкультура и массаж в комплексной реабилитации спортсменов : учебное пособие / О.Б. Крысюк, В.Ф. Лутков, Г.И. Смирнов, Д.И. Шадрин. - СПб. : [б. и.], 2014. – 105 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура : учебное пособие / В.А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 566 с. : ил.
6. Лечебная физическая культура при заболеваниях суставов : [учебное пособие] / под ред. В. А. Маргазина, Е. Е. Ачкасова, А. В. Коромылова. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2017. - 222, [1] с.
7. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем : [учебное пособие] / под ред. В. А. Маргазина, А. В. Коромылова. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2015. - 234 с. : ил.
8. Лечебная физическая культура : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / под ред. С. Н. Попова. - 11-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 412, [1] с. : ил.
9. Мартынихин, В.С. Лечебная физкультура и врачебный контроль у неврологических больных с разными формами двигательных расстройств : учебное пособие. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 210 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492763>

11. Смирнов, Г.И. Лечебная физическая культура в травматологии и ортопедии : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 117 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
12. Смирнов, Г.И. Лечебная физическая культура в терапии : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 130 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
13. Токарь, Е. В. Лечебная физическая культура : учебное пособие / Е. В. Токарь ; составитель Е. В. Токарь. — Благовещенск : АмГУ, 2018. — 76 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156562>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
14. Усанова, А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 253, [1] с. : ил.
15. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497591>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

При наличии договора о сотрудничестве НГУ им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург с лечебным учреждением Министерства Здравоохранения, занятия могут проходить в этих организациях в специально отведённых местах по проведению ЛФК. Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

1. Гимнастический зал.
2. Анатомические музейные и учебные препараты.
3. Муляжи.
4. Планшеты.
5. Таблицы.
6. Антропометрические инструменты.
7. Мультимедийный комплекс.
8. Комплект видеофильмов.
9. Мультимедийные лекции.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биомеханики

Рабочая программа дисциплины

**МАТЕМАТИЧЕСКАЯ СТАТИСТИКА В ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 4 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Контроль и анализ	ОПК-12. Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки.
Научные исследования	ОПК-15. Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-12	<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>ОПК-12.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.

ОПК-15.	<p>ОПК-15.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования. <p>ОПК-15.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
	<p>ОПК-15.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36				36				
В том числе:									
Занятия лекционного типа	14				14				
Занятия семинарского типа (практические занятия)	22				22				
Промежуточная аттестация (зачет)	6				6				
Самостоятельная работа студента	30				30				
Общая трудоемкость	часы				72				
	зачетные единицы				2				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Первичная обработка экспериментальных данных	Выборочный метод статистического исследования. Построение эмпирических распределений исследуемых признаков (группировка данных, графики гистограммы и кумуляты). Обобщающие числовые характеристики выборки (среднее арифметическое, медиана, дисперсия, стандартное отклонение), стандартная ошибка среднего арифметического, оценка генерального среднего.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся
2.	Элементы теории вероятности	Понятия статистического испытания, случайного события, вероятности случайного события. Классическое и статистическое определение вероятности. Случайные величины. Дискретные и непрерывные случайные величины. Функция и плотность распределения случайных величин. Нормальный закон распределения случайной величины. Основные понятия теории проверки статистических гипотез и корреляционного анализа.	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности
3.	Обработка результатов педагогического эксперимента	Организация педагогического эксперимента. Применение теории проверки статистических гипотез и корреляционного анализа для обработки результатов педагогического эксперимента. Выбор критериев значимости для проверки достоверности различия результатов для независимых и связанных выборок. Определение способа расчета коэффициента корреляции. Установление достоверности и силы коэффициента корреляции. Представление результатов экспериментальных исследований.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности

			используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования. Владеет: - методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
--	--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция №1. Основные понятия математической статистики. Типы задач, решаемых методами математической статистики. Генеральная совокупность и выборка. Статистические признаки. Причины варьирования признаков. Постановка задачи первичной обработки данных. Использование персональных компьютеров для решения прикладных задач в области физической культуры и спорта методами математической статистики.	2
2.	Лекция №2. Группировка данных. Вариационные ряды. Графическое представление вариационных рядов – гистограмма, кумулята. Числовые характеристики выборки	2
3.	Лекция №3. Понятие статистического испытания. Случайные события. Вероятность случайного события.	2
4.	Лекция №4. Случайные величины. Способы описания вероятностных свойств случайных величин: функция распределения вероятностей, плотность распределения вероятностей. Нормальное распределение.	2
5.	Лекция №5. Постановка задачи проверки достоверности различия выборочных средних. Формализация задачи. Ошибки при проверке статистических гипотез. Уровень значимости. Общее правило проверки статистических гипотез. Стандартные уровни значимости. Критерии значимости для независимых и связанных выборок. Параметрические и непараметрические критерии значимости. Вопросы выбора используемого критерия значимости	2
6.	Лекция №6. Постановка задачи выявления связи между признаками. Построение корреляционного поля. Возможные типы корреляционного облака и соответствующие им виды корреляционной связи. Количественная оценка корреляционной связи. Коэффициенты корреляции Пирсона и Спирмена. Условия применимости этих коэффициентов.	2

7.	Лекция №7. Представление результатов статистической обработки данных экспериментальных исследований. Способы представления результатов расчета числовых характеристик, проверки статистических гипотез и корреляционного анализа. Построение таблиц и графиков.	2
----	--	---

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Практическое №1. Самотестирование - получение исходных данных для первичной обработки. Работа с программой статистической обработки данных (создание файла исходных данных).	2
2	Практическое №2. Группировка данных и расчет числовых характеристик выборки.	2
	Практическое №3. Первичная обработка экспериментальных данных (контроль знаний и правильности выполнения первичной обработки результатов эксперимента). Текущий контроль.	2
3	Практическое №4. Первичная обработка результатов педагогического эксперимента. Получение задания по обработке результатов педагогического эксперимента. Работа с программой статистической обработки данных (создание файла исходных данных, расчёт числовых характеристик признаков).	2
	Практическое №5. Проверка достоверности различия для независимых выборок. Работа с программой статистической обработки данных, проверка достоверности различия для независимых выборок.	2
	Практическое №6. Опрос по разделу «Проверка достоверности различия для независимых выборок» (контроль знаний и правильности выполнения проверки достоверности различия для независимых выборок). Текущий контроль.	2
	Практическое №7. Проверка достоверности различия для связанных выборок. Работа с программой статистической обработки данных, проверка достоверности различия для независимых выборок	2
	Практическое №8. Опрос по разделу «Проверка достоверности различия для связанных выборок» (контроль знаний и правильности выполнения проверки достоверности различия для независимых выборок). Текущий контроль.	2
	Практическое №9. Корреляционный анализ. Работа с программой статистической обработки данных (выявления связи между признаками: расчёт корреляционной матрицы).	2
	Практическое №10. Опрос по разделу: «Корреляционный анализ» Текущий контроль.	2
	Практическое №11. Контроль знаний и навыков работы с программой статистической обработки данных при выполнении первичной обработки данных и при обработке результатов педагогического эксперимента. Рубежный контроль.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Алексеева, И.В. Математическая статистика в физической культуре и спорте : учебное пособие. - Великие Луки : [б. и.], 2020. – 106 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Кремер, Н. Ш. Математическая статистика: учебник и практикум для вузов / Н. Ш. Кремер. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 259 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01654-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511953>
3. Малугин, В. А. Математическая статистика : учебное пособие для вузов / В. А. Малугин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 218 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06965-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515587>
4. Мониторинг с элементами спортивной метрологии при занятиях физической культурой и спортом : учебное пособие / Л.И. Вериго, А.М. Вышедко, Е.Н. Данилова, Н.Н. Демидко ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : СФУ, 2016. – 224 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497355>
5. Шмелева, Г.А. Экспресс-курс по математическим методам анализа в физической культуре : учебное пособие. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 180 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Шмелева, Г.А. Экспресс-курс по математическим методам анализа в физической культуре : учебное пособие. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 121 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алексеева, И. В. Математическая статистика в физической культуре и спорте : учебное пособия / И. В. Алексеева. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2020. — 105 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/186392>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Афанасьев, В.В. Математическая статистика в командных видах спорта : [монография]. - Ярославль : [б. и.], 2007. - 167 с.
3. Гмурман, В.Е. Теория вероятностей и математическая статистика : учебник / В.Е. Гмурман. - 12-е изд. - Москва :Юрайт, 2019. - 479 с. : ил.
4. Михайлина, Т.М. Элементы теории вероятностей математической статистики : учебное пособие. - Краснодар : [б. и.], 2008. - 180 с.
5. Попков, В.Н. Эмпирическое исследование в физической культуре и спорте: (Методология. Опрос. Наблюдение. Эксперимент) : учебное пособие / В.Н. Попков ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2011. – 290 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277331>
6. Семенов, В.Г. Методы математической статистики в исследованиях по физической культуре и спорту : учебное пособие. - Смоленск : СГАФКСТ, 2011. – 99 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Сидняев, Н.И. Теория планирования эксперимента и анализ статистических данных : учебное пособие / Н.И. Сидняев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва :Юрайт, 2015. - 495 с. : ил.
8. Степанова, О.Н. Методы сбора и обработки маркетинговой информации в физической культуре и спорте : учебное пособие / О.Н. Степанова. – Москва : Прометей, 2011. – 240 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=108508>

9. Трофимов, А. Г. Математическая статистика : учебное пособие для вузов / А. Г. Трофимов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 257 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08874-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494524>
10. Чашкин Ю.Р. Математическая статистика. Анализ и обработка данных : учебное пособие. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 236, [1] с. : ил.
11. Энатская, Н. Ю. Математическая статистика и случайные процессы : учебное пособие для вузов / Н. Ю. Энатская. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 201 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9808-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490096>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОС-СИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Специализированный компьютерный класс.
2. Комплект презентационного оборудования (компьютер, проектор, экран, звуковое обеспечение).
3. Персональный компьютер для каждого студента на практических занятиях.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра менеджмента и экономики спорта

Рабочая программа дисциплины

МЕНЕДЖМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 8 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) Компетенций	Код и наименование компетенций
Универсальные компетенции	
Разработка и реализация проектов	УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
Экономическая, в том числе финансовая грамотность	УК-10 Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности
Профессиональное взаимодействие	ОПК-14 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в сфере физической культуры и спорта в сфере образования с соблюдением профессиональной этики.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-2	<p>УК-2.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения <p>УК-2.2 Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений <p>УК-2.3 Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
УК-10	<p>УК-10.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные документы, регламентирующие экономическую деятельность; источники финансирования профессиональной деятельности; принципы планирования экономической деятельности. <p>УК-10.2 Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обосновывать принятие экономических решений, использовать методы экономического планирования для достижения поставленных целей. <p>УК-10.3 Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеет навыками применения экономических инструментов для достижения поставленных целей. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные документы, регламентирующие экономическую деятельность; источники финансирования профессиональной деятельности; принципы планирования экономической деятельности. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обосновывать принятие экономических решений, использовать методы экономического планирования для достижения поставленных целей. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеет навыками применения экономических инструментов для достижения поставленных целей.
ОПК-14	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции участников процесса спортивной подготовки и 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции участников процесса спортивной подготовки и

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Теоретические основы менеджмента ФК и С.	<p>Основные цели и сущность менеджмента ФК и С. Основные категории менеджмента. Общие принципы и функции в менеджменте. Дерево целей. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Основные правовые документы, используемые в менеджменте физкультурно-спортивных организаций. Организационно-правовые формы и типология организаций в сфере физической культуры и спорта. Основные формы договоров в сфере физической культуры и спорта. Требования ГОСТ К качеству предоставляемых услуг в отрасли ФКиС</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования и принципы целеполагания; - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования - понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство РФ; - законодательство РФ в сфере физической культуры и спорта; - законодательство РФ в образовании; - нормативные документы в области физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; - нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; - ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и

			<p>совершать действия в соответствии с законом</p> <p>-ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом</p> <p>- ориентироваться в судебной практике по спорам в области физической культуры и спорта;</p> <p>- анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;</p> <p>- осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативных правовых актов условиям договоров.</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>-обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики</p> <p>- разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника;</p>
2.	Физическая культура и спорт как система управления. Методы и функции управления в менеджменте ФК и С.	Планирование как управленческое решение. Планирование и прогнозирование в системе менеджмента. Функции, методы менеджмента. Стратегическое управление организацией. Государственные органы управления физической	<p>Знает:</p> <p>- принципы и методы планирования</p> <p>- виды и содержание планирования в физической культуре и спорте</p> <p>- методы организации и управления в области физической культуры и</p>

		<p>культурой и спортом, как органы специальной компетенции</p> <p>Понятие «системы» и системного подхода в управлении. Структура и типы организационных связей. Структура управления физической культурой и спортом. Общественные спортивные организации. Цель и задачи управления физической культурой. Целевые программы отрасли ФКиС</p> <p>. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта. Спортивная организация как объект управления. Внутренняя и внешняя среда организации. Классификация, этапы и требования, предъявляемые к принятию управленческих решений. Менеджмент спортивного мероприятия функции спортивного соревнования. Документы для организации проведения спортивного мероприятия. Этапы подготовки физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия. Менеджмент спортивного сооружения. Классификация спортивных сооружений..</p>	<p>спорта, применяемые на федеральном и региональном уровнях</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы планирования, бюджетирования и порядок финансирования деятельности физкультурно-спортивной организации соответствующей организационно-правовой формы и формы собственности; - количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы - конституцию РФ, свои гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта и образования - требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий - правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; <p>методику организации и проведения спортивных</p>
--	--	---	---

			<p>и физкультурно-массовых мероприятий;</p> <ul style="list-style-type: none">- положение или регламент и расписание спортивных соревнований;- правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники;- способы проверки наличия и качественных характеристик спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта;- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;- федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта;- методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;- антидопинговое законодательство Российской Федерации;- правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; (ОПК-14)- виды и организацию соревнований в ИВС; (ОПК-14)- состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей;- принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту;- систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного
--	--	--	---

			<p>образования детей по физической культуре и спорту</p> <ul style="list-style-type: none">- систему организации процессаспортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;- требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности;- федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине);- федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта;- содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии;- основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- разрабатывать различные виды планов по реализации программ в области физической культуры и спорта;
--	--	--	---

			<p>- осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом его целей и задач физкультурно-спортивной организации</p> <p>- проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p> <p>- проводить оценку ресурсного обеспечения спортивного, физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия;</p> <p>- изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта;</p> <p>- определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов</p> <p>Умеет:</p> <p>- планировать проведение спортивных соревнований, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;</p> <p>- определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</p> <p>- оценивать состояние готовности спортивного и технологического оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий;</p> <p>- составлять документацию по проведению</p>
--	--	--	---

			<p>соревнований по установленному образцу;</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; - планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; - составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других - составления документов по проведению соревнований; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности - подготовки положения о соревновании; - определения графиков проведения и программ (сценарных планов) спортивных, спортивно-массовых мероприятий, праздников; - составления плана ресурсного обеспечения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера;
3	Коммуникационный процесс в	Типология коммуникаций в спортивной организации и за ее	Знает:

	<p>организации. Социально - психологические аспекты менеджмента физической культуры и спорта</p>	<p>пределами. Взаимосвязи и коммуникации организаций в сфере физической культуры и спорта. Управленческая информация. Формы и средства информации. Функция организации в спортивном менеджменте. Функции координации и контроля. Мотивация в спортивном менеджменте. Социально-психологический портрет организатора массовой физической культуры. Типы и стили руководства. Ресурсы менеджера. Формирование трудового коллектива: этапы, особенности взаимодействия менеджера и коллектива. Теории мотивации и типы руководства. Понятие «лидерства». Управление конфликтами в организации. Основы эффективных коммуникации в с организации отрасли ФКиС.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - основы менеджмента, управления персоналом; - основы эффективных коммуникаций; - методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися разного возраста, их родителями (законными представителями) несовершеннолетними обучающимися, коллегами по работе; - методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; - методы оценки качества и результативности работы подчиненных; - типичные психологические трудности занимающихся физической культурой и спортом; - принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования; - психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, учебно-тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией; - основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе; - методики подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта
--	--	---	--

			<p>Умеет: - ставить рабочие задачи подчиненным и добиваться их выполнения;</p> <ul style="list-style-type: none">- устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с работниками организации и заинтересованными сторонами;- поддерживать учебную дисциплину во время занятий;- предупреждать типичные психологические проблемы занимающихся физической культурой и спортом;- учитывать принципы и условия их психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;- корректно общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности в профессиональных (и более широко – жизненных) ситуациях;- вовлекать в мероприятия активного отдыха обучающихся;- определять цели и задачи деятельности спортивного актива;- контролировать и направлять работу спортивного актива;- определять состав и направления работы
--	--	--	--

			<p>волонтеров в области физической культуры и спорта;</p> <p>- оценивать уровень подготовки волонтеров в области физической культуры и спорта.</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>-планирования информационного сопровождения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и другие мероприятия оздоровительного характера.</p>
--	--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция № 1. Предмет и задачи курса. Теоретические основы менеджмента. Предмет и задачи дисциплины менеджмент ФКиС. Исторические предпосылки возникновения управленческой мысли. Управленческие революции. Классификация научных школ и направлений. Современные направления менеджмента.	2
1	Лекция № 2 Нормативно-правовые основы менеджмента ФКиС. Основные правовые документы, используемые в менеджменте физкультурно-спортивных организаций. Организационно-правовые формы и типология организаций в сфере физической культуры и спорта	2
1	Лекция № 3. Физическая культура и спорт как система. Структура управления физической культурой и спортом. Государственные органы управления физической культурой и спортом, как органы специальной компетенции. Организационное построение сферы физической культуры и спорта. Физическая культура и спорт в общеобразовательных учреждениях, в высших учебных заведениях, в детско-юношеских спортивных школах. Основные формы договоров в сфере физической культуры и спорта. Требования ГОСТ К качеству предоставляемых услуг в отрасли ФК и С.	2
2	Лекция № 4. Управление физической культурой и спортом. Цель и задачи управления физической культурой. Физическая культура и спорт как самостоятельная отрасль. Задачи и сущность управления отдельными подсистемами: физического воспитания, физической рекреации, двигательной реабилитации, спорта высших достижений.	2
2	Лекция № 5. Сущность и значение стратегического управления. Виды деловых стратегий. Выбор стратегии деятельности. Стратегическое планирование. Целевые программы отрасли ФК и С. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта. Принятие решений в управлении.	2
2	Лекция № 6 Менеджмент спортивного мероприятия функции спортивного соревнования. Документы для организации проведения спортивного	2

	мероприятия. Этапы подготовки физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.	
3	Лекция № 7. Коммуникации как связующий процесс. Процесс коммуникаций и эффективность управления. Внутренние и внешние коммуникации. Процесс принятия управленческого решения. Основные направления работы с персоналом. Подбор и обучение персонала. Организация командой работы. Принципы эффективного управления персоналом в организации отрасли ФКиС. Свойства информации.	2
3	Лекция № 8. Социально - психологические аспекты менеджмента физической культуры и спорта. Факторы, влияющие на формирование микроклимата в коллективе спортивной организации. Конфликт. Источники и виды конфликтов в физической культуре и спорте. Принципы и условия психологического сопровождения при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Семинарское занятие 1. Рассмотрение эволюции менеджмента как научного направления, вклад различных школ менеджмента в теорию менеджмента. 1. Научные школы управления 2. Процессный подход, системный подход, ситуационный подход в менеджменте. 3. Научный метод в управлении. 4. Сравнительный анализ американской и японской систем управления.	2
1	Семинарское занятие 2. Организационно-правовые формы и типология организаций в сфере физической культуры и спорта. Общественные спортивные организации. 1. Государственные спортивные организации. 2. Общественные спортивные организации. 3. Частные организации 4. Деятельность федераций по видам спорта, МОК, ОКР, ПКР	2
1	Семинарское занятие 3. Роль и характеристика понятия менеджера в физкультурно-спортивной организации. Основные нормативно-правовые документы физкультурно-спортивных организаций. 1. Основные компетенции менеджеров. 2. Требования, предъявляемые к имиджу менеджера. 3. Становление и современное состояние системы подготовки спортивных менеджеров в России. 4. Виды регламентирующих документов 5. Должностная инструкция: назначение и правила составления	2
2.	Семинарское занятие 4. Спортивная организация как объект управления. 1. Физкультурно-спортивная организация как система. 2. Миссия и цели спортивной организации 3. Структура и уровни управления организации. 4. Характеристика внешней и внутренней среды организации.	2
2	Семинарское занятие 5. Содержание и виды управленческих решений. Этапы подготовки и принятия решений. Методы принятия управленческих решений. Деловая игра «Мозговой штурм» Стратегическое планирование. 1. Основы стратегического планирования. 2. Целевые программы в отрасли физической культуры и спорта.	2
2	Семинарское занятие 6. Менеджмент спортивного мероприятия. 1. Типовая форма положения спортивного соревнования. 2. Этапы подготовки и проведения спортивно-массового мероприятия 3. Классификация спортивных сооружений.	2

3	Семинарское занятие 7. Основные методы и функции управления. 1. Понятие метода управления 2. Основные методы управления, используемые в менеджменте 3. Условия эффективного применения административных методов управления. 4. Основные приемы экономического метода управления. 5.Содержание основных функций управления.	2
3	Семинарское занятие 8. Система мотивации в физкультурно-спортивной организации. Способы воздействия субъекта управления на объект. Стимулирование как способ эффективной деятельности.	2
3	Семинарское занятие 9. Сущность и типы конфликтов. Причины и последствия конфликтов. Управление конфликтом, варианты его разрешения. Факторы, вызывающие стресс, способы управления стрессами. Лидерство. Качества лидера. Сравнительная характеристика авторитарного и демократического стиля руководства. «Управленческая решетка» Р. Блейка и Дж. Моутон.	2
3	Семинарское занятие 10. Преимущества участия работников в управлении спортивными организациями. Деловая игра направлена на определение видов конфликтов и развитие коммуникативных способностей. Предлагается определить роли для студентов в аудитории разыграть ситуацию по сценарию.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Мелёхин, А.В. Менеджмент физической культуры и спорта [Текст] : учебник / А.В. Мелёхин. - Москва :Юрайт, 2017. - 478, [1] с. : ил.
2. Менеджмент физической культуры и спорта [Текст] : учебник / Т.В. Састамойнен [и др.]. - Москва : Академия, 2014. - 238, [1] с. : ил.
3. Менеджмент физической культуры : электронное учебное пособие / Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск ; авт.-сост. Т. С. Сусикова, Н. Р. Арбузина. - Омск, 2019. – 140 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / А.В. Починкин. - Москва : Спорт, 2017. - 385 с. : ил. - Библиогр.: с. 368-371. - ISBN 978-5-906839-55-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454524>
5. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для вузов / С. С. Филиппов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12771-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514559>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алексеев, С.В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий=SPORTS MANAGEMENT. Organization and Carrying of Physical Cultures and Sports Activities Regulation :учебник / С.В. Алексеев ; подред. П.В. Крашенинникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина (МГЮА). - Москва :Юнити-Дана : Закон и право, 2015. - 687 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-238-02540-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=446473>

2. Начинская, С.В. Основы экономики и менеджмента в сфере физической культуры и спорта [Текст] : учебник / С.В. Начинская. - Москва : Академия, 2014. - 159, [1] с.
3. Перфильева, И. В. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта: теоретико-методические аспекты : учебное пособие / И. В. Перфильева, Ю. А. Зубарев. — Волгоград : ВГАФК, 2015. — 261 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158079>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Састамойнен, Т.В. Менеджмент спортивных соревнований [Электронный ресурс] : учебное пособие / Т.В. Састамойнен, Е.Я. Михайлова. - СПб. : [Б. и.], 2013. – 106 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Смирнов, И.Ф. Предпринимательство в профессиональном спорте [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.Ф. Смирнов. - Санкт-Петербург, 2018. – 219 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Спортивный менеджмент [Электронный ресурс] : учебник : [в 2 ч.]. [Ч. 1] / Ю.Н. Федотов [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2014. – 170 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Спортивный менеджмент [Электронный ресурс] : учебник : [в 2 ч.]. [Ч. 2] / Ю.Н. Федотов [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2014. – 216 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Федулина, И. Г. Менеджмент физической культуры и спорта : учебное пособие / И. Г. Федулина. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2017. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/96828>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Филиппов, С.С. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.С. Филиппов. - Москва : Советский спорт, 2015. – 239 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №8** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-38шт, стул-108шт., стол письменный-1шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор OPTOMA DX319p, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., Компьютер "Эксперт»с монитором 18,5»LG)-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №4** (3 этаж, нежилое помещение №1) – Специализированная мебель: Учебный стол-12шт, стул-36шт., стол письменный-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра педагогики

Рабочая программа дисциплины

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 4 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач
Научные исследования	ОПК-15. Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-1	<p>УК-1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы системного подхода; - последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач. <p>УК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности. <p>УК-1.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поиска информации и практической работы с информационными источниками; - владеет методами принятия решений 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы системного подхода; - последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поиска информации и практической работы с информационными источниками; - владеет методами принятия решений.
ОПК-15	<p>ОПК-15.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного

	<p>исследования. ОПК-15.2. Умеет: - разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования. ОПК-15.3. Владеет: - методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>	<p>исследования. Умеет: - разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования. Владеет: - методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>
--	---	---

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения 4 семестр

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36				36				
В том числе:									
Занятия лекционного типа	12				12				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24				24				
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	6				6				
Самостоятельная работа студента	66				66				
Общая трудоемкость	часы	108			108				
	зачетные единицы	3			3				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Современные тенденции развития отечественного образования.	Цель, задачи практической педагогической деятельности и научно-методической деятельности специалистов. Нормативные документы в сфере образования. Предпосылки развития современной педагогической науки. Взаимосвязь учебной, научной и	Знать: - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; - тенденции развития физической культуры и

		<p>методической деятельности. Общие требования к содержанию образования. Принципы государственной политики в области образования. Структура системы образования. Свойства современного образования. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКиС.</p>	<p>спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры;</p>
2.	<p>Инновационные направления развития педагогической теории и практики в системе российского образования. (педагог-новаторы).</p>	<p>Отрицательные тенденции образовательной системы второй половины XX в.</p> <p>Основные направления инновационного поиска на современном этапе развития системы образования в России. Стратегия обновления и развития российского образования. Инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта.</p> <p>Характеристика инновационных проектов, используемых в российском образовании. Особенности современных образовательных технологий.</p> <p>Сущность и особенности передового педагогического опыта. Главная цель анализа и обобщения передового педагогического опыта. Методика обобщения и распространения передового педагогического опыта. Этапы обобщения передового педагогического опыта. Критерии оценки передового опыта. Характеристика педагогических идей и педагогической деятельности педагогов-новаторов</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; - информационные технологии; - теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - раскрывать структуру и основу теории организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности; - использовать передовой опыт образовательной деятельности <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научной терминологией, принципами, закономерностями, средствами, методами исследования; - информационными технологиями. - внедрением передового опыта образовательной деятельности;

3.	Сущность научно-методической деятельности в образовательном учреждении.	<p>Научно-методические подходы к подготовке специалистов. Сущность и структурные компоненты педагогической деятельности. Цель и задачи научно-методической деятельности в учебном заведении. Содержание научно-методической деятельности в нормативно-правовых документах (закон «Об образовании в РФ», ФГОС), типовые учебные планы, программы, учебники, учебные пособия). Формы организации научно-методической деятельности в образовательном учреждении: коллективные, групповые, индивидуальные.</p>	<p>Знать: - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; Уметь: -раскрывать содержание и планирования научно-методической деятельности; Владеть: - содержанием и планирование научно-методической деятельности; -структурой и основами теории организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности;</p>
4.	Научное познание и наука, связь теории и практики.	<p>Наука как специфическая деятельность. Специфика педагогики как отрасли научного знания. Основные функции науки. Сущность педагогического знания. Педагогическая наука и педагогическая практика. Способы познания: стихийно-эмпирическое и научное познание. Предпосылки развития современной педагогики. Особенности педагогической деятельности в современной общественной ситуации.</p>	<p>Знать: -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; - передовой опыт образовательной деятельности; Уметь: -строить алгоритм построения педагогического эксперимента - использовать передовой опыт образовательной деятельности Владеть: -внедрением передового опыта образовательной деятельности;</p>
5.	Понятие о методологии педагогической науки и методологической культуре педагога.	<p>Сущность методологии педагогики. Формы и функции методологического знания.</p>	<p>Знать: научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; Уметь:</p>

		<p>Уровни методологического знания. Характеристика философского уровня педагогики. Исследовательские подходы. Методологическая культура педагога. Особенности проявления методологической культуры педагога. Классификация знания.</p> <p>Феномен ненаучного знания и его составляющие.</p> <p>Система обоснований научного знания и его признаки. Характеристика двух типов культур и двух научно-исследовательских парадигм</p>	<p>-использовать научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования;</p> <p>- классифицировать методологические подходы;</p> <p>- обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода;</p> <p>Владеть: научной терминологией, принципами, закономерностями, средствами, методами исследования;</p>
б.	Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.	<p>Этапы педагогического исследования.</p> <p>Логика педагогического исследования. Методологические признаки научного исследования. Количественная и качественная обработка данных. Интерпретация данных. Формулирование выводов. Разработка практических рекомендаций. Прогноз развития явления в будущем. Требования к написанию ВКР.</p>	<p>Знать: научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; алгоритм построения педагогического эксперимента;</p> <p>Уметь:</p> <p>-использовать информационные технологии;</p> <p>-формулировать и представлять обобщения и выводы;</p> <p>- учитывать требования к написанию и оформлению квалификационной работы;</p> <p>-способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования;</p> <p>- строить алгоритм построения педагогического эксперимента</p> <p>Владеть: научной терминологией, принципами, закономерностями, средствами, методами исследования;</p> <p>- навыками обобщения и подведения выводов;</p>

			- перечнем требований написания и оформления квалификационной работы
7.	Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения переработки информации.	и Функции анализа научной литературы. Виды современной педагогической литературы. Требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников. Формы работы с педагогической литературой. Основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в области физической культуры и спорта.	Знать: научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; - основные технологии поиска и сбора информации - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы) Уметь: -использовать передовой опыт образовательной деятельности - работать с информацией, представленной в различной форме; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; Владеть: -внедрением передового опыта образовательной деятельности;
8.	Научно-методическая компетентность специалиста в сфере ФКиС	в Сущность компетентности. Содержание педагогической компетентности. Структура, механизм формирования, пути совершенствования научно-методической компетентности специалиста по физической культуре и спорту. Педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно-	Знать: -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; -технологии развития компетентности; Уметь: - использовать технологии развития компетентности; Владеть:

		методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта.	-технологией развития компетентности;
9.	Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.	<p>Сущность педагогического творчества.</p> <p>Продукты творчества в сфере образования.</p> <p>Условия организации учебного процесса для развития творческого потенциала личности.</p> <p>Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.</p> <p>Творческие способности специалиста.</p> <p>Условия организации учебного процесса для развития творческих способностей специалиста в области физической культуры и спорта. Развитие творческих способностей на занятиях по педагогическим дисциплинам.</p>	<p>Знать:</p> <p>-научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования;</p> <p>-технологии развития творческих способностей и инициатив;</p> <p>Уметь:</p> <p>- использовать технологии развития творческих способностей и инициатив;</p> <p>Владеть:</p> <p>-технологией развития творческих способностей и инициатив;</p>
10.	Развитие педагога в процессе профессиональной деятельности.	<p>Психология студенчества и высшее образование. Обучение в вузе как фундамент будущей карьеры. Источники самообразования. Социально-профессиональная адаптация специалиста. Профессионализм и мастерство педагога. Критерии мастерства педагога.</p> <p>Педагогический дневник, как копилка педагогического мастерства. Особенности работы с педагогическим дневником</p> <p>Педагогический дневник воспитателя. Педагогический дневник классного руководителя.</p> <p>Педагогический дневник отрядного педагога.</p> <p>Педагогический дневник учителя физкультуры.</p>	<p>Знать:</p> <p>-научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования;</p> <p>Уметь:</p> <p>-использовать передовой опыт образовательной деятельности</p> <p>Владеть:</p> <p>-внедрением передового опыта образовательной деятельности;</p>

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p>Лекция № 1. Тема: Современные тенденции развития отечественного образования.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Сущность и содержание курса «Научно-методическая деятельность».2. Взаимосвязь практической педагогической деятельности, педагогической науки и научно-методической деятельности специалистов.3. Нормативные документы в сфере образования.4. Принципы государственной политики в сфере образования.5. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКиС.	2
2.	<p>Лекция № 1. Тема: : Основные направления инновационного поиска на современном этапе развития системы образования в России.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Отрицательные тенденции образовательной системы второй половины XX в.2. Основные направления инновационного поиска на современном этапе развития системы образования в России.3. Характеристика инновационных проектов в российском образовании.4. Современные образовательные технологии.	
3.	<p>Лекция № 2. Тема: Сущность научно-методической деятельности.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Сущность и специфика педагогической деятельности, её компоненты. 1. Научно-методические подходы к подготовке специалистов.2. Цель и задачи научно-методической деятельности в учебном заведении3. Содержание научно-методической деятельности.4. Формы организации научно-методической деятельности, механизмы, пути развития.	2
4.	<p>Лекция № 2. Тема: Наука и научное познание. Связь педагогической науки и педагогической практикой</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Наука как специфическая деятельность.2. Специфика педагогики как отрасли научного знания.3. Взаимосвязь педагогической науки и педагогической практикой.4. Предпосылки развития педагогической науки.	

5.	<p>Лекция № 3 .Тема: Понятие о методологии педагогической науки и методологической культуре педагога.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Сущность методологии педагогики. 2. Формы и функции методологического знания. 3. Уровни методологического знания. 4. Характеристика философского уровня педагогики. 5. Методологические подходы, используемые в педагогике. 6. Методологическая культура педагога. Особенности проявления методологической культуры педагога. 	2
6.	<p>Лекция № 4. Тема: Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Этапы педагогического исследования. 2.Логика педагогического исследования. 3.Методологические признаки научного исследования. 4.Методы исследования в педагогике. 5.Виды педагогических экспериментов. 	2
7.	<p>Лекция № 5. Тема: Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения и переработки информации.</p> <p>План :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Функции анализа научной литературы. 2.Виды современной педагогической литературы. 3.Требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников. 4.Формы работы с педагогической литературой. 5.Основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в области физической культуры и спорта. 	2
8.	<p>Лекция № 5. Тема: научно-методическая компетентность специалиста в области физической культуры и спорта.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Сущность компетентности. Содержание педагогической компетентности. 2.Структура, механизм формирования, пути совершенствования научно-методической компетентности специалиста по физической культуре и спорту. 	

	3.Педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно-методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта.	
9.	<p>Лекция № 6. Тема: Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Сущность педагогического творчества. 2.Продукты творчества в сфере образования. 3.Условия организации учебного процесса для развития творческого потенциала личности. 4.Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта. 	2
10.	<p>Лекция № 6. Тема: Развитие педагога в процессе профессиональной деятельности.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Психология студенчества и высшее образование. 2.Функции и источники самообразования. 3.Социально-профессиональная адаптация педагога. 4.Профессионализм и мастерство педагога. 5.Педагогический дневник как средство саморазвития и самообразования. 	
	Итого	12 час.

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<p>Тема: Современные тенденции развития отечественного образования.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Взаимосвязь учебной, научной и методической деятельности. 2.Общие требования к содержанию образования. 3. Нормативные документы в сфере образования. 4. Принципы государственной политики в области образования. 5. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКС. 6. Основные свойства современного образования. <p>Вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Раскройте взаимосвязь учебной, научной и методической деятельности. 2.Обоснуйте общие требования к содержанию образования. 	2

	<p>3. Назовите принципы государственной политики и основные свойства современного образования.</p> <p>4. По каким показателям можно судить о качестве образования в физкультурном вузе.</p> <p>5. Охарактеризуйте особенности научно-методической деятельности на современном этапе.</p>	
2*.	<p>Тема: Инновационные направления развития педагогической теории и практики.</p> <p>План:</p> <p>1. Инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта.</p> <p>2. Инновационные проекты.</p> <p>3. Инновационные направления развития в педагогической теории и практической деятельности.</p> <p>Вопросы:</p> <p>1. Назовите инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта.</p> <p>2. Охарактеризуйте инновационные проекты.</p> <p>3. Раскройте содержание инновационных направлений развития педагогической теории и практической деятельности.</p>	2
2	<p>Тема: Технологический подход в образовании, отличительные признаки образовательных технологий.</p> <p>План:</p> <p>1. Понятие технологии обучения и значение в педагогической деятельности.</p> <p>2. Признаки педагогических технологий и их взаимосвязь с педагогическим мастерством.</p> <p>3. Характеристики технологий обучения: традиционная (репродуктивная); технология развивающего обучения (Л.В. Занкова); модульная технология, игровая, проблемная.</p> <p>Вопросы:</p> <p>1. Раскройте понятия «методика», «технология обучения». Что общего и различного в этих понятиях?</p> <p>2. Каковы особенности традиционных методик и современных методик и технологий обучения?</p> <p>3. Что является показателем эффективности современной технологии обучения?</p> <p>Тема : Современные образовательные технологии.</p> <p>План:</p> <p>1. Педагогическая технология на основе личностной ориентации педагогического процесса.</p> <p>2. Педагогическая технология на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся.</p> <p>3. Технология развивающего обучения Д.Б. Эльконина, В.В. Давыдова.</p> <p>Вопросы:</p>	2

	<p>1. Раскройте сущность технологии на основе личностной ориентации педагогического процесса, приведите примеры использования элементов этой технологии на учебно-тренировочных занятиях по вашему виду спорта.</p> <p>2. Раскройте понятие игры и игрового метода, как средств активизации и интенсификации обучения.</p> <p>3. Приведите пример игровой задачи творческого характера в вашем виде спорта.</p> <p>4. Раскройте сущность и значение проблемного обучения.</p> <hr/> <p style="text-align: center;">Тема: Сущность научно-методической деятельности, цель задачи и формы организации.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Цель и задачи научно-методической деятельности в образовательном учреждении.</p> <p>2. Содержание научно-методической деятельности в нормативно-правовых документах.</p> <p>3. Формы организации научно-методической деятельности в образовательном учреждении (коллективные, групповые, индивидуальные).</p> <p>4. Научно – методическая компетентность специалиста в области физической культуры и спорта и ее составляющие.</p> <p>5. Педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно- методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта.</p> <p style="text-align: center;">Вопросы: дискуссия.</p> <p>1. Раскройте содержание научно-методической деятельности, используя нормативно-правовые документы методической деятельности.</p> <p>2. Охарактеризуйте научно – методическую компетентность специалиста в области физической культуры и спорта и ее составляющие.</p> <p>3. Обоснуйте пути развития научно- методической компетентности специалиста по физической культуре и спорту.</p> <p>4. Назовите педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно- методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта.</p>	2
4*.	<p style="text-align: center;">Тема: Изучение и обобщение передового педагогического опыта педагогов-новаторов.</p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Критерии оценки передового опыта.</p> <p>2. Характеристика педагогических идей и педагогической деятельности педагогов-новаторов (Ш. А. Амонашвили, И. П. Волков, Е. Н. Ильин, С. Н. Лысенко, Н. Н. Палтышев, В. Ф. Шаталов, М. П. Щетинин).</p> <p>3. Анализ научных идей педагогов-новаторов.</p> <p style="text-align: center;">Вопросы: Выполнение практического задания.</p>	2

	<p>1. Назовите критерии оценки передового опыта.</p> <p>2. Проанализируйте и опишите сходство и различия педагогической деятельности педагогов-новаторов и их педагогических идей.</p> <p>3. Каким образом Вы будете анализировать научные идеи педагогов-новаторов?</p>	
5.	<p>Тема: Понятие о методологии педагогической науки и методологической культуре педагога.</p> <p>План:</p> <p>1. Классификация знания.</p> <p>2. Феномен ненаучного знания и его составляющие.</p> <p>3. Система обоснований научного знания и его признаки.</p> <p>4. Характеристика двух типов культур и двух научно-исследовательских парадигм.</p> <p>5. Основные функции науки.</p> <p>6. Сущность педагогического знания.</p> <p>Вопросы:</p> <p>1. Раскройте классификацию знаний.</p> <p>2. Охарактеризуйте феномен ненаучного знания и его составляющие.</p> <p>3. Проанализируйте систему обоснований научного знания и его признаки.</p> <p>4. Дайте характеристику двух типов культур и двух научно-исследовательских парадигм.</p> <p>5. Опишите основные функции науки.</p> <p>6. Раскройте сущность педагогического знания.</p>	2
6.*	<p>Тема: Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.</p> <p>План:</p> <p>1. Методологические характеристики научного исследования.</p> <p>2. Этапы научного исследования.</p> <p>3. Количественная и качественная обработка данных.</p> <p>4. Интерпретация данных, формулирование выводов.</p> <p>5. Разработка практических рекомендаций.</p> <p>6. Прогноз развития явления в будущем.</p> <p>Вопросы: Выполнение практического задания.</p> <p>1. Каким образом осуществляется количественная и качественная обработка данных.</p> <p>2. Какие требования предъявляются к интерпретации данных?</p> <p>3. Какие требования предъявляются к формулированию выводов?</p> <p>4. Раскройте алгоритм разработки практических рекомендаций.</p> <p>5. Каким образом осуществляется прогноз развития явления в будущем?</p>	2
6*	<p>Тема: Классификация методов исследования в педагогике. Структура и требования к оформлению ВКР.</p>	2

	<p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методы исследования в педагогике. 2. Педагогический эксперимент в области физической культуры и спорта. 3. Виды экспериментов. 4. Структура и требования к оформлению ВКР. <p>Вопросы и практические задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Охарактеризуйте методы исследования в педагогике. 2. Опишите требования, которые предъявляются к педагогическому эксперименту в области физической культуры и спорта. 3. Раскройте виды экспериментов. 4. структура и требования к оформлению ВКР. <p>4. Составление проспекта исследования.</p> <p>5. Анализ формулировки компонентов методологического аппарата.</p>	
7	<p>Тема: Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения и переработки информации</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Функции анализа научной литературы. 2. Виды современной педагогической литературы. 3. Требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников. 4. Формы работы с педагогической литературой. 5. Основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в области физической культуры и спорта. <p>Вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Раскройте функции анализа научной литературы. 2. Охарактеризуйте виды современной педагогической литературы. 3. Раскройте требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников. 4. Охарактеризуйте основные формы работы над педагогической литературой, покажите на конкретных примерах специфику разных форм работы: чтения книг, аннотирования, составления плана информационного текста, тезирования, конспектирования, цитирования. <p>Работа с текстами педагогической направленности, составление аннотирования, составления плана информационного текста, тезирования, конспектирования, цитирования.</p>	2
10	<p>Тема: Коммуникативная культура специалиста в области физической культуры и спорта как фактор профессионально-педагогического становления личности.</p> <p>План:</p>	2

	<p>1. Характеристика педагогического общения, виды стили педагогического общения. 2. Методики выявления научной направленности на педагогическое общение. 4. Индивидуальный подход в работе со специалистами. Вопросы: Деловая игра.</p> <p>1. Охарактеризуйте научную направленность педагогического общения специалиста. 2. Опишите типологию научной направленности личности специалиста по физической культуре и спорту на педагогическое общение. 3. Обоснуйте выбор методик выявления научной направленности на педагогическое общение. 4. Какой индивидуальный подход осуществляется в работе со специалистами.</p>	
9*.	<p>Тема: Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.</p> <p>План:</p> <p>1. Творческие способности специалиста.</p> <p>2. Условия организации учебного процесса для развития творческих способностей специалиста в области физической культуры и спорта.</p> <p>3. Развитие творческих способностей на занятиях по педагогическим дисциплинам.</p> <p>Вопросы: Дискуссия. Деловая игра.</p> <p>1. Какими творческими способностями должен обладать специалист, работающий в сфере физической культуры и спорта?</p> <p>2. Какие условия нужно создать для развития творческих способностей специалиста в области физической культуры и спорта?</p> <p>3. Каким образом можно развивать творческие способности на занятиях по педагогическим дисциплинам?</p> <p>Проведение игр, подбор ситуаций, способствующих развитию творческих способностей на занятиях по педагогическим дисциплинам.</p>	2
	Итого	24 ч

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Горовая, В. И. Научно-исследовательская работа : учебное пособие для вузов / В. И. Горовая. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 103 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14688-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496767>
2. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 232 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07632-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514551>
3. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Основы научной деятельности студента. Курсовая работа : учебное пособие для вузов / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 119 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09443-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494059>

4. Шкляр, М.Ф. Основы научных исследований : учебное пособие / М.Ф. Шкляр. – 6-е изд. – Москва : Дашков и К°, 2017. – 208 с. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450782>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Афанасьев, В. В. Методология и методы научного исследования : учебное пособие для вузов / В. В. Афанасьев, О. В. Грибкова, Л. И. Уколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 154 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02890-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492350>
2. Бакшева, Т.В. Основы научно-методической деятельности : учебное пособие / Т.В. Бакшева, А.В. Кушакова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2014. – 122 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457140>
3. Бекасова, С.Н. Основы научно-методической деятельности : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2009. – 220 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Данилов, А. В. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учебное пособие / А. В. Данилов, Г. М. Юламанова, Т. Ф. Емелёва. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/129825>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : [учебник]. - Москва : Академия, 2013. - 287, [1] с. : ил.
6. Корягина, Ю.В. Научно-методическое обеспечение сборных команд в спортивных играх : учебное пособие / Ю.В. Корягина, В.А. Блинов, С.В. Нопин ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 138 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459420>
7. Мокий, М. С. Методология научных исследований : учебник для вузов / М. С. Мокий, А. Л. Никифоров, В. С. Мокий ; под редакцией М. С. Мокия. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 254 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13313-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510937>
8. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник. - Москва : Советский спорт, 2013. - 279 с. : ил.
9. Попов, Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте : учебник. - Москва : Академия, 2015. - 188, [1] с. : ил.
10. Селуянов, В.Н. Научно-методическая деятельность : учебник. - М. : Физическая культура, 2005. - 288 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412

- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №14** (3 этаж, нежилое помещение № 13) – Специализированная мебель: Учебный стол-48шт, скамья-48 шт., стол письменный-1шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400)-1шт.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №1 (3 этаж, нежилое помещение № 23) – Специализированная мебель: Учебный стол-20 шт.; скамья-20шт., письменный стол-1шт. стул - 4шт. Оборудование: Интерактивная доска Triumph Board Multi Touch New 78"-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт. Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра педагогики

Рабочая программа дисциплины

ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-4. Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
	ОПК-7. Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
Профессиональное взаимодействие	ОПК-14. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта в сфере образования с соблюдением профессиональной этики.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-4.	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств,

	<p>повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>ОПК-4.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
ОПК-7.	<p>ОПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом <p>ОПК-7.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом
ОПК-14	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их

	<p>совместной деятельности с соблюдением профессиональной этики в сфере физической культуры и спорта в сфере образования.</p> <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования. <p>ОПК-14.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования с соблюдением профессиональной этики. 	<p>совместной деятельности с соблюдением профессиональной этики в сфере физической культуры и спорта в сфере образования.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования с соблюдением профессиональной этики.
--	--	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	18					18			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа семинары, (практические занятия, лабораторные работы)	20					20			
Промежуточная аттестация (экзамен)	18					18			
Самостоятельная работа студента	54					54			
Общая трудоемкость	часы	108				108			
	зачетные единицы	3				3			

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	<p>Раздел 1. ФКиС в воспитании личности <i>Сущность и задачи педагогики физической культуры.</i></p> <p><i>Методы исследования в педагогике ФК</i></p>	<p>Возникновение педагогики ФК. Современные тенденции развития спорта и возникновение в этой связи задачи и проблемы ПФК. Связь с другими науками. Основные категории педагогики физической культуры. <i>Методы исследования:</i> Педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, эссе, опрос, анализ нравственных ситуаций.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности с соблюдением профессиональной этики в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.1); - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; (ОПК-4.1). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-7.3)
	<p>Структура воспитательного процесса.</p>	<p>Понятие структуры (взаимосвязь составных частей) воспитательного процесса. Определение цели, последовательности воспитательных задач для ее достижения. Содержание воспитательной работы по направлениям: формирование убеждений, мировоззрений; умений, навыков и привычек поведения; положительных чувств и переживаний, связанных со спортивной деятельностью; воспитание нравственных и волевых качеств в ИВС.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственнотренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования (ОПК-4.1). <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.2). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки в сфере образования с соблюдением профессиональной этики (ОПК-14.3).
3	<p>Раздел 2. Специфика воспитания в спорте <i>Средства воспитания. Методы формирования нравственного сознания</i></p>	<p>Понятие о средствах и методах воспитания. Средства воспитания (игра, учение, труд, общение, ФКиС). Формы организации педагогического процесса. Специфика реализации принципов и методов воспитания в ВР</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; (ОПК-4.1); - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-7.1) <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с

		и обучении двигательным действиям. Особенности применения методов воспитания: информационных, дискуссионных, поисковых и методов взаимного просвещения. Методические приемы воспитания	соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.2) Владеет: - навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки в сфере образования с соблюдением профессиональной этики (ОПК-14.3).
4	<i>Методы формирования нравственного опыта поведения и коррекции.</i>	Педагогические требования и контроль, упражнение и приучение, поручение, педагогические ситуации. Методы коррекции в формировании нравственных чувств. Формы организации педагогического процесса. Методы и приемы воспитания и специфика их реализации при обучении двигательным действиям	Знает: - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом Умеет: -- подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования (ОПК-4.2). Владеет: - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-7.3)
5	Раздел 3. Система воспитательной работы <i>Структура воспитательно-го процесса</i>	Понятие структуры (взаимосвязь составных частей) воспитательного процесса. Определение цели, последовательности воспитательных задач для ее достижения. Содержание воспитательной работы по направлениям: формирование убеждений, мировоззрений; умений, навыков и привычек поведения; положительных чувств и переживаний, связанных со спортивной деятельностью; воспитание нравственных и волевых качеств.	Знает: - функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности с соблюдением профессиональной этики в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.1). Умеет: - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.2) Владеет: - навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки в сфере образования с соблюдением профессиональной этики (ОПК-14.3).

			<p>- методиками развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования (ОПК-4.3).</p>
	<p><i>Воспитание дисциплины и преодоление недисциплинированности</i></p>	<p>Понятие о дисциплине. Дисциплина и дисциплинированность. Условия воспитания сознательной дисциплины. Методы воспитания дисциплины и преодоление недисциплинированности .</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности с соблюдением профессиональной этики в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.1). <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогического сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования (ОПК- 4.2). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-7.3)
5	<p><i>Педагогическое руководство самовоспитанием</i></p>	<p>Понятие самовоспитания. Самовоспитание как неотъемлемая составная часть воспитания, его движущие силы. Этапы самовоспитания. Методы самовоспитания. Самовоспитание и перевоспитание. Роль самовоспитания и самореализации по мере взросления спортсмена и роста его спортивного мастерства</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования (ОПК-4.1). <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогического сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования (ОПК-4.2). <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия

			участников в процессе спортивной подготовки в сфере образования с соблюдением профессиональной этики (ОПК-14.3).
6	Педагогические технологии и инновации в сфере спорта (и ФК)	<p>Понятие педагогической технологии и инновации. Сущность педагогической технологии и инновации в сфере ФКиС.</p> <p>Педагогические технологии: проблемно-модульного обучения, воспитании индивидуальности, коллективной творческой деятельности) и др. Инновации: гуманизация воспитания, компьютерное моделирование и мониторинг педагогического процесса. Взаимосвязь педагогической технологии с педагогическим мастерством.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; (ОПК-4.1). <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.2) <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки в сфере образования с соблюдением профессиональной этики (ОПК-14.3).

7	<p><i>Воспитательная работа в процессе учебно-тренировочных занятий в ИВС.</i></p>	он	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности с соблюдением профессиональной этики в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.1). <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.2) <p>Владеет: - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-7.3).</p>
	<p><i>Воспитание физкультурного и спортивного коллектива.</i></p>	<p>Воспитание в коллективе – принцип педагогики ФК. Особенности спортивного коллектива. Признаки, этапы развития коллектива (по А.С. Макаренко). Методы воспитания коллектива. Диагностика уровня развития коллектива: «Песчаная россыпь», «Мягкая глина», «Мерцающий маяк», «Алый парус», «Горящий факел» (по А.Н. Лутошкину).</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности с соблюдением профессиональной этики в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.1). <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.2) <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-7.3).
8	<p>Раздел 4. Продуктивная деятельность педагога в сфере спорта <i>Функции и требования к личности</i></p>	<p>Требования к личности педагога в области физической культуры и спорта. Функции (профессиональные) тренера, учителя физической культуры. Авторитет педагога. Типы педагогов. Владение научной организацией труда и наукой управления</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности с соблюдением профессиональной этики в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.1). <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -- устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.2)

			Владеет: - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-7.3).
<i>Педагогические способности и компоненты в деятельности педагога</i>	Задатки, способности, талант Гностическая деятельность педагога. Проектировочные и конструктивные способности. Дидактические и психомоторные способности. Организаторские, коммуникативные способности. Непрерывное образование и самообразование. Основные компоненты самообразования.		Знает: - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-7.1). Умеет: - устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации с соблюдением профессиональной этики в процессе спортивной подготовки в сфере физической культуры и спорта в сфере образования (ОПК-14.2) Владеет: - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-7.3); - навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки в сфере образования с соблюдением профессиональной этики (ОПК-14.3).

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Костихина, Н.М. Педагогика физической культуры : учебник / Н.М. Костихина, О.Ю. Гаврикова ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Изд. 2-е. – Омск : Издательство СибГУФК, 2015. – 296 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429371>
2. Манжелей, И. В. Педагогика физического воспитания : учебное пособие для вузов / И. В. Манжелей. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09508-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493970>
3. Мухамитянов, Ф.Д. Педагогика физической культуры : учебное пособие / Ф.Д. Мухамитянов; Министерство спорта Российской Федерации ; Чайковский государственный институт физической культуры. - Чайковский : ЧГИФК, 2017. – 126 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Никитина, Е.Д. Педагогика физической культуры : (курс лекций) : учебное пособие / Е. Д. Никитина; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская

государственная академия физической культуры. –100 с. - Малаховка : [б. и.], 2017. – 100 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / Г. А. Ямалетдинова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 244 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05600-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493684>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Бянкина, Л.В. Педагогика физической культуры : учебное пособие / Л.В. Бянкина; Дальневосточная государственная академия физической культуры. - Хабаровск : ДВГАФК, 2018. – 84 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Кайнова, Э.Б. Общая педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие / Э.Б. Кайнова. - Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2014. - 205 с. : ил.
3. Карпушин, Б.А. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / Б.А. Карпушин; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : Олимп-СПб., 2010. - 295 с.
4. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью : учебное пособие / О.Ю. Масалова; [под ред. М. Я. Виленского]. - Москва : Кнорус, 2016. - 183, [1] с.
5. Медведева, Е.Н. Пути самосовершенствования педагога-тренера на примере гимнастики : учебное пособие / Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина. – Москва : Спорт, 2016. – 160 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454248>
6. Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников : учебное пособие / М.П. Мухина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 399 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366>
7. Педагогика физической культуры : учебник / под общ. ред. В. И. Криличевского, А. Г. Семёнова, С. Н. Бекасовой. - Москва : Кнорус, 2016. - 319, [1] с. : ил.
8. Педагогика физической культуры: курс лекций : учебное пособие / авт.-сост. Н. В. Минникаева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – 111 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574106>
9. Педагогика физической культуры и спорта : учебник / под ред. С.Д. Неверковича. - М. : Академия, 2010. - 329 с.
10. Усаков, В.И. Педагогический контроль в физическом воспитании дошкольников : учебное пособие / В.И. Усаков. – 2-е изд. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 88 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452857>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>

- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина обеспечена аудиториями для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского, практических типов, групповых и индивидуальных консультаций, текущих контролей. Аудитории оснащены оборудованием и техническими средствами обучения, мультимедийным демонстрационным оборудованием. Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Internet и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета. Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами. **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №14** (3 этаж, нежилое помещение №13) – Специализированная мебель: Учебный стол-48шт, скамья-48 шт., стол письменный-1шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400)-1шт. **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №1** (3 этаж, нежилое помещение №23) – Специализированная мебель: Учебный стол-20 шт.; скамья-20шт., письменный стол-1шт. стул - 4шт. Оборудование: Интерактивная доска Triumph Board Multi Touch New 78"-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF

Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра социальных технологий и массовых коммуникаций в спорте

Рабочая программа дисциплины

**ПРОПАГАНДА И СВЯЗИ С ОБЩЕСТВЕННОСТЬЮ В СФЕРЕ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Командная работа и лидерство	УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-7. Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-3	УК-3.1. Знает: - основные приемы и нормы социального взаимодействия.	Знает: - основные приемы и нормы социального взаимодействия.
	УК-3.2. Умеет: - устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе.	Умеет: - устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе.
	УК-3.3. Владеет: - навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности.	Владеет: - навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности.

ОПК-7	<p>ОПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
	<p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом
	<p>ОПК-7.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками формирования осознанного отношения к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностных ориентации и установок на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися, в том числе:	30			30					
<i>Занятия лекционного типа</i>	12			12					
<i>Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)</i>	18			18					
Промежуточная аттестация (зачет)	6			6					
Самостоятельная работа студента	72			72					
Общая трудоемкость	часы			108					
	зачетные единицы			3					

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Роль пропаганды и связей с общественностью в сфере ФКиС: теоретический и исторический аспект	Введение. Основные понятия и определения в дисциплине «Пропаганда и связи с общественностью в сфере ФКиС». Основные профессиональные термины и понятия. Теория пропаганды, цели пропаганды в сфере ФКиС. Классификация пропаганды как вида деятельности. Соотношение понятий и функций коммуникативных практик: связи с общественностью, реклама, пропаганда, публицити, журналистика. Обзор современных средств коммуникации (информационные интернет-технологии и цифровые сервисы). Пропаганда и связи с общественностью: исторический экскурс. Роль государственных органов, социальных институтов и лидеров мнений.	Знает: - задачи пропаганды и связей с общественностью в сфере ФКиС и способы их реализации; - основные принципы отбора информации в соответствии с задачами пропаганды ФКиС; - использовать общегуманитарные и социальные знания для решения задач в области пропаганды ФКиС; - способы создания мотивационного информационного продукта для продвижения профессии в сфере физической культуры, национальных интересов, ценности труда и служения на благо Отечества. Умеет: - анализировать полученные общегуманитарные и социальные знания в решении задач пропаганды спорта; - применять информационно-коммуникационные технологии, в том числе интернет-технологии и цифровые сервисы в области связей с общественностью в сфере спорта; - использовать и анализировать общегуманитарные и социальные знания для решения профессиональных задач пропаганды и связей с общественностью в области ФКиС;

			<ul style="list-style-type: none"> - использовать знания об общечеловеческих ценностях для осуществления пропаганды ФКиС; - использовать принципы работы с населением для формирования общественного мнения о ЗОЖ; - использовать и анализировать общегуманитарные и социальные знания для решения профессиональных задач пропаганды и связей с общественностью в области ФКиС; <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками применения полученных общегуманитарных и социальных знаний для решения задач пропаганды отечественного спорта; - навыками анализа информации о достижениях в области международного и отечественного спорта, в том числе с помощью интернет-технологий и цифровых сервисов.
2.	<p>Функции и основные направления пропаганды и связей с общественностью в ФКиС</p>	<p>Правовое регулирование деятельности по пропаганде, связям с общественностью и рекламе. Законодательная база РФ в сфере коммуникаций с учетом национальной политики в области цифровизации экономики.</p> <p>Целевые аудитории в пропаганде и связях с общественностью в ФКиС. Понятие общественности.</p> <p>Определение целевой.</p> <p>Константы гудвилла: стиль, паблисити, имидж, репутация, бренд.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - задачи пропаганды и связей с общественностью в области физической культуры, спорта и здорового образа жизни; - основные принципы отбора информации о факторах здорового образа жизни для создания агитационного и пропагандистского продукта; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять информационно-коммуникационные технологии, в том числе интернет-технологии и цифровые сервисы в области связей с общественностью в сфере спорта; - использовать знания в подготовке текстов в соответствии с речевыми стандартами и форматами пропаганды ФКиС; - применять информационно-коммуникационные технологии, в том числе интернет-технологии и цифровые сервисы в пропагандистской и агитационной работе в сфере физической культуры и спорта; - с помощью современных средств коммуникации (интернет-технологии и цифровые сервисы) формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами анализа текстов и норм речевой практики в соответствии с задачами пропаганды ФКиС;

			<ul style="list-style-type: none"> - способен учитывать современные технологические требования при создании агитационных и пропагандистских видео- и аудиоматериалов; - методами использования сетевых технологий распространения информации, в том числе интернет-технологий и цифровых сервисов для формирования общественного мнения об отечественном спорте; - методами анализа массовой спортивной информации, получаемой из разных источников, в том числе с помощью интернет-технологий.
3.	Коммуникации в пропаганде и связях с общественностью в сфере ФКиС	<p>Специальные события как инструмент пропаганды и связей с общественностью в сфере ФКиС.</p> <p>Понятие специального события. Поводы и формы проведения специальных событий. Подготовка и организация специальных событий. Организация и проведение коммуникационных кампаний в сфере ФКиС. Виды кампаний. Исследование проблемы и формулировка основных целей и задач. Общая модель проведения информационно-пропагандистских кампаний. Использование информационных интернет-коммуникаций и цифровых сервисов для проведения коммуникационных кампаний в сфере ФКиС.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные принципы отбора и распространения информации, в том числе с помощью интернет-технологий и цифровых сервисов, в соответствии с задачами пропаганды ФКиС; - основы общегуманитарных и социальных наук, социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта для формирования пропагандистского контента; - способы создания мотивационного информационного продукта для продвижения профессии в сфере физической культуры, национальных интересов, ценности труда и служения на благо Отечества. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять информационно-коммуникационные технологии, в том числе интернет-технологии и цифровые сервисы, в пропагандистской и агитационной работе в сфере физической культуры и спорта; - выбирать актуальные темы для бесед с обучающимися с целью пропаганды спорта и ЗОЖ; - с помощью современных средств коммуникации (интернет-технологии и цифровые сервисы) формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами передачи массовой информации, в том числе с помощью интернет-технологий и цифровых сервисов, получаемой из разных источников для поддержки имиджа спортсмена и спортивной организации;

			<ul style="list-style-type: none"> - опытом подготовки материалов для публичной речи с учетом задач пропаганды спорта; - способен руководить работой спортивного актива и деятельностью волонтеров в области физической культуры и спорта в соответствии задачам пропаганды и связей с общественностью в области ФКиС; - навыками организации встреч и мастер-классов обучающихся с известными спортсменами; - методами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов с обучающимися, в том числе трансляций спортивных соревнований, научно-популярных фильмов с целью укрепления мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
--	--	--	--

**СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	<p><u>Лекция №1. Введение. Основные понятия и определения в дисциплине «Пропаганда и связи с общественностью в сфере ФКиС».</u> Основные профессиональные термины и понятия. Теория пропаганды, цели пропаганды в сфере ФКиС. Классификация пропаганды как вида деятельности. Соотношение понятий и функций коммуникативных практик: связи с общественностью, реклама, пропаганда, паблисити, журналистика. Составные части профессиональной деятельности в сфере пропаганды и СО: информирование общественности, формирование общественного мнения о физической культуре как части общей культуры и факторе обеспечения здоровья.</p> <p>Визуализация материалов лекции в формате презентации на платформе Яндекс. Документы (https://docs.yandex.ru/)</p> <p>Сбор данных о целевой аудитории – опрос студентов «Оценка уровня осведомленности студентов об информационном обеспечении сферы физической культуры и спорта» на платформе Moodle (http://do.lesgaft.spb.ru/).</p>	2
1, 2	<p><u>Лекция №2. Пропаганда и связи с общественностью: исторический экскурс.</u> История пропаганды в России и за рубежом. Советская пропаганда. Пропаганда ФКиС в дореволюционной России и СССР: пропаганда трезвости, гигиеническое воспитание, ГТО. Программа и меры по реализации пропаганды ФКиС в современной России. История развития связей с общественностью в XX веке.</p> <p>Правовое регулирование деятельности по пропаганде, связям с общественностью и рекламе. Законодательная база РФ в сфере коммуникаций. Конституция РФ, Закон «О СМИ», Закон «О рекламе», Закон «О физической культуре и спорте в РФ». Регулирование рекламы и связей с общественностью на уровне государственных и общественных институтов. Стратегия развития ФКиС в РФ на период до 2020 г.</p>	2

	Визуализация материалов лекции в формате презентации на платформе Яндекс. Документы (https://docs.yandex.ru/)	
2	<p>Лекция №3. Целевые аудитории в пропаганде и связях с общественностью в ФКиС. Понятие общественности. Определение целевой аудитории, внутренняя и внешняя аудитории, покупатели-потребители, журналисты как ключевая аудитория. Психологические особенности целевых групп. Определение понятий «болельщики» и «фанаты». Каналы выхода на различные аудитории общественности. Преимущества и недостатки средств массовой коммуникации. Понятие «база данных целевых СМИ». Критерии отбора и оценки эффективности использования средств коммуникации для различных мероприятий и программ. Рейтинги СМИ. СМИ и информационные сайты в Интернете.</p> <p>Визуализация материалов лекции в формате презентации на платформе Яндекс. Документы (https://docs.yandex.ru/)</p>	2
2	<p>Лекция №4. Константы гудвилла: стиль, паблисити, имидж, репутация, бренд. Понятие гудвилла. Применение констант гудвилла в сфере ФКиС. Фирменный стиль, его составляющие и работа по его созданию. Условия обеспечения паблисити организации и персоны. Технологии формирования имиджа. Методы построения личной и корпоративной репутации. Репутационный менеджмент. Сущность бренда: имя, ценность, стоимость.</p> <p>Визуализация материалов лекции в формате презентации на платформе Яндекс. Документы (https://docs.yandex.ru/)</p>	2
3	<p>Лекция №5. Специальные события как инструмент пропаганды и связей с общественностью в сфере ФКиС.</p> <p>Понятие специального события. Поводы и формы проведения специальных событий. Подготовка и организация специальных событий. Общая характеристика специальных событий в сфере связей с общественностью. Специальные события: история возникновения, значение, признаки, разновидности и требования, предъявляемые к ним. Организация специального события: этапы жизненного цикла события. Специальные события для внешней общественности. Внутрикорпоративные специальные события. Имиджевая направленность специальных событий в сфере ФКиС.</p> <p>Визуализация материалов лекции в формате презентации на платформе Яндекс. Документы (https://docs.yandex.ru/)</p>	2
3	<p>Лекция №6. Организация и проведение информационных кампаний в сфере ФКиС. Виды кампаний. Исследование проблемы и формулировка основных целей и задач. Главная тема и главный лозунг кампании. Общая модель проведения информационных кампаний. Взаимодействие со СМИ. Организационные и материально-технические основы проведения информационных кампаний. Основные стратегии проведения информационных кампаний. Проблемы финансового планирования информационных кампаний. Реализация информационных кампаний: проблемы организации специальных событий и коммуникации. Оценка эффективности. Общее и особенное в проведении рекламных и пиар-кампаний: сравнительный анализ. Особенности разработки и реализации агитационно-пропагандистских кампаний в сфере ФКиС.</p> <p>Визуализация материалов лекции в формате презентации на платформе Яндекс. Документы (https://docs.yandex.ru/)</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий	Кол- во часов
1	<p style="text-align: center;">Семинар №1. Основные понятия и определения в сфере пропаганды и связей с общественностью.</p> <p>Знакомство с аудиторией – коммуникативные практики. Ознакомление с методическими рекомендациями по освоению дисциплины на платформе Moodle (http://do.lesgaft.spb.ru/).</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определения, цели, задачи и функции пропаганды и связей с общественностью. 2. Развитие связей с общественностью как функции управления. 3. История пропаганды и связей с общественностью в сфере ФКиС (обсуждение разных версий). <p>Практическое задание: Обсуждение телепередачи «БЕСОГОН» Н. Михалкова «Олимпиада. О, спорт, ты мир! или война?» (выборочный просмотр элементов с использованием виртуальной доски Padlet (ru.padlet.com), общий хронометраж 42:21)</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Спорт как инструмент политической и экономической борьбы. 2. Использование допинга для ликвидации спортивных конкурентов. 3. Борьба международных спортивных организаций за влияние в мире. 4. Вопросы применения допинга в российском спорте. <p>ТК 1. Терминологический диктант с использованием виртуальной доски Padlet (ru.padlet.com) (виртуальные карточки).</p>	2
2	<p style="text-align: center;">Семинар №2. Правовое регулирование деятельности по пропаганде, связям с общественностью и рекламе.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Роль и место государства в развитии и повышении эффективности системы физической культуры по обеспечению здоровья нации. 2. Изучение основного федерального закона №329-ФЗ, регламентирующего занятие спортом в России. 3. Основные положения законов о рекламе и СМИ (примеры их несоблюдения). 4. Определение мер по реализации пропаганды ФКиС в Стратегии развития ФКиС в РФ на период до 2020 г. <p>Практическое задание:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ФЗ РФ «О физической культуре и спорте», 2007 в части регулирования пропаганды спорта, ЗОЖ и антидопинга 2. «Стратегия развития ФК и С в Российской Федерации до 2030 г.» в части задач пропаганды 3. ФЗ РФ «О рекламе» (2006) по статьям — обсуждение, опрос по основным понятиям закона. <p>ТК 2. Разбор нормативных документов, размещенных на платформе Яндекс. Документы (https://docs.yandex.ru/)</p>	2

1	<p>Семинар №3. Виды, каналы распространения рекламы в сфере ФКиС. Восприятие рекламного продукта.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Воздействие рекламы на когнитивную сферу потребителя. 2. Восприятие рекламного продукта. 3. Использование закономерностей ощущений и восприятия в рекламе. 4. Воздействие спортивной рекламы на формирование жизненного стиля. 5. Модель психологически идеального рекламного объявления. 6. Мировые спортивные бренды, созданные рекламой. 7. Рекламные факторы становления массовой культуры. 8. Что эффективней реклама на стадионе или реклама в телетрансляции. 9. Участие спортсменов в рекламных передачах, их съемка в рекламных фильмах, видеоклипах и т.п. 10. Заявления, одобрительные отзывы и характеристики популярных спортсменов и тренеров о продукции фирмы-спонсора. 11. Изображения популярных спортсменов и спортивной символики на товарах или их упаковке. 12. Распространение во время спортивных мероприятий рекламных проспектов, значков, вымпелов и т.п., продажа товаров на спортивных базах и спортсооружениях. <p>Практическое задание: подобрать рекламное сообщение (текстовые, ролики), предварительно разместив на виртуальной доске Padlet (https://ru.padlet.com/dashboard), и представить аудитории анализ с точки зрения выбора – мотивов, целевой аудитории, канала коммуникации.</p> <p>ТК 3. Анализ рекламных сообщений</p>	2
2	<p>Семинар №4. Основные правила и этапы создания рекламного обращения.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Уровни воздействия на потребителя и классификация потребностей потенциальной аудитории. 2. Методы создания рекламного сообщения. 3. Структура рекламного сообщения (слоган, вступительная часть, информационный блок, справочные сведения, эхофраза). <p>Практическое задание: создание и презентация макетов рекламных сообщений спортивного товара, услуги, идеи (на выбор) согласно структуре с использованием конструктора сайтов Tilda (https://tilda.cc/ru/).</p> <p>* использование графики, видео и прочее по желанию.</p> <p>ТК 4. Создание рекламного обращения</p>	2
3	<p>Семинар №5. Производство эффективного действия в публичном пространстве.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Овладение навыками содержательной подготовки к пресс-конференциям и другим интерактивным публичным выступлениям. 2. Структура коммуникации (невербальные аспекты выступления, схемы подготовки содержания, схема «message house»). 3. Психологические особенности подготовки к публичному выступлению. <p>Практическое задание: составить текст для публичного выступления на одну из тем (по выбору) в объеме 1 печатная страница (приблизительно 2-3 минуты выступления): «Спорт — это круто», «Спорт — это полезно», «Спорт — это модно».</p> <p>Записать видео выступления, применяя советы по психологии публичного выступления и представить аудитории. *Разместить на виртуальной доске Padlet (https://ru.padlet.com/dashboard) для презентации аудитории (по желанию).</p> <p>ТК 5. Создание публичного выступления</p>	2

1	<p align="center">Семинар №6. Анализ методов и средств пропаганды.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Приемы и средства пропаганды в сфере ФКиС. 2. Причины, обуславливающие необходимость и проведение пропаганды и СО в сфере ФКиС. 3. Метод соотношения продуктивности восприятия информации и информационного давления. <p>Практическое задание: провести контент-анализ текстов СМИ с помощью информационно-аналитической системы КАТЮША (https://soware.ru/products/katyusha).</p> <p>ТК 6. Контент анализ СМИ.</p>	2
2	<p align="center">Семинар №7. Имидж спортсмена в пропаганде и связях с общественностью.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Функции имиджа, имиджформирующая информация, профессиональный и личностный имидж. 2. Технологии формирования имиджа. 3. Искусство самопрезентации (как формируется первое впечатление о человеке). 4. Секреты аттракции (законы привлекательности или как возникает симпатия). 5. Имидж спортивной команды / клуба и персональный имидж спортсмена. <p>Практическое задание: провести анализ имиджа спортсмена высокого класса (на выбор) с точки зрения имиджсоставляющих факторов (средовый, овеществленный, габитарный, вербальный, невербальный) на соответствие заявленному образу.</p> <p>Создать в онлайн-редакторе и представить презентацию на платформе Яндекс. Документы (https://docs.yandex.ru/)</p> <p>ТК 7. Презентация имиджа.</p>	2
3	<p align="center">Семинар №8. Значение специальных событий в связях с общественностью.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Создание и развитие корпоративной культуры, ее традиций, ритуалов. 2. Значение специальных событий в развитии корпоративных коммуникаций, в работе со СМИ. 3. Создание хороших возможностей, прямых непосредственных контактов и знакомств, межличностного общения; способствующих формированию и продвижению привлекательного имиджа организации, ее продукта и первых лиц. 4. Организация условий для формирования круга друзей компании, обеспечение хороших поводов для паблисити и продвижения ее привлекательного имиджа. 5. Привлечение внимания общественности, СМИ. Обеспечение возможностей паблисити фирмы, ее брэндов, первых лиц. <p>Практическое задание: групповая работа.</p> <p>Разработать идею-концепцию информационной (агитационно-пропагандистской, рекламной) кампании в рамках популяризации избранного вида спорта, продвижения спортивной организации, спортивного продукта (цель, тематика, слоган, форма проведения, участники, аудитория, способы оценки эффективности) согласно структуре по шаблону на платформе GOOGLE. ПРОЕКТ (https://sites.google.com/).</p> <p>ТК 8. Проект информационной кампании</p>	2
3	<p align="center">Семинар №9*. Дебаты – интеллектуальное командное соревнование.</p>	2

<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обосновывать позицию, используя достоверную аргументацию. 2. Анализировать полученную информацию и концентрироваться на сути проблемы, Устанавливать логические связи между явлениями. 3. Различать факты и точки зрения, выявлять ошибки, фальсификации и стереотипы. 4. Убедить нейтральную третью сторону в том, что ваши аргументы лучше, чем аргументы вашего оппонента. <p>Практическое задание:</p> <p>Посмотреть телепередачу Телеканала ЗВЕЗДА, «Смена спортивного гражданства или патриотизм на продажу», хронометраж 37:25 https://tvzvezda.ru/schedule/programs/content/201605251339-mua8.htm/201809241302-9zq4.htm</p> <p>Предварительно сформировать кейс аргументов и фактов. Принять участие в дебатах.</p>	
---	--

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Алмазов, Б.А. Пропаганда в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 95 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Ермилова, В.В. Международное спортивное движение: учебное пособие. - СПб. : [Б. и.], 2018. – 100 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Жильцова, О. Н. Связи с общественностью : учебное пособие для вузов / О. Н. Жильцова, И. М. Синяева, Д. А. Жильцов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 337 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9890-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511939>
4. Муртазина, Г.Х. Связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие. - СПб. : [б.и.], 2018. – 110 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Правовое обеспечение профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / Д.А. Бородин, Я.А. Гуркин, Л.В. Казаринова, А.А. Смирнов. - СПб. : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 190 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
6. Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / авт.-сост. А. Д. Паутов, Л. Г. Пушкарева. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 144 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607568>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алексеев, К.А. Средства массовой информации в физической культуре и спорте : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 105 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Ворошилов, В.В. Журналистика : учебник. - Москва :Кнорус, 2016. - 491 с.

3. Ворошилов, В.В. Теория и практика массовой информации : учебник. - Москва :Кнорус, 2014. - 464 с.
4. Емельянов, С. М. Теория и практика связей с общественностью : учебное пособие для вузов / С. М. Емельянов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 197 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08991-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514357>
5. Лашкова, Е.Г. Организация и проведение коммуникационных кампаний : учебник. - Москва : Академия, 2014. - 269, [1] с. : ил.
6. Малькевич, А. А. Организация и проведение кампаний в сфере связей с общественностью : учебное пособие для вузов / А. А. Малькевич. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 109 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09415-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515470>
7. Медиа система России : учебное пособие / под ред. Е. Л. Варгановой. - Москва : Аспект Пресс, 2015. - 382, [1] с. : ил.
8. Связи с общественностью. Теория, практика, коммуникативные стратегии : учебное пособие / под ред. В. М. Горохова, Т. Э. Гринберг. - Москва : Аспект Пресс, 2013. - 197, [1] с.
9. Чумиков, А.Н. Реклама и связи с общественностью. Имидж, репутация, бренд : учебное пособие. - Москва : Аспект Пресс, 2016. - 157, [2] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения (ноутбук, проектор, экран для презентаций, доска).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра психологии имени А.Ц. Пуни

Рабочая программа дисциплины

**ПРОФИЛАКТИКА НЕГАТИВНЫХ СОЦИАЛЬНЫХ ЯВЛЕНИЙ
СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 4 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные компетенции	
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-6. Способен воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-6	<p>ОПК–6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, способы профилактики негативного социального поведения <p>ОПК–6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения <p>ОПК–6.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами воспитания у лиц, 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, способы профилактики негативного социального поведения <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средствами и методами воспитания у лиц,

	занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, средствами и методами профилактики негативного социального поведения	занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, средствами и методами профилактики негативного социального поведения
--	--	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:
очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	24				24				
В том числе:									
Занятия лекционного типа	8				8				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	16				16				
Промежуточная аттестация (зачет)	6				6				
Самостоятельная работа студента	78				78				
Общая трудоемкость	часы				108				
	зачетные единицы				3				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Человек в контексте социальных отношений.	<p>Историчность структур человеческого опыта. Рыночные отношения и проблема дегуманизации современного общества и спорта, в частности. Секуляризация и сужение сознания. Личность в социальном мире спорта. Социальные установки и атрибуции.</p> <p>«Отношение» - «единица» психической жизни личности, единство интенции, знания, переживания, смысла, поступка. Объекты жизненных отношений. Классификации и типологии отношений. Развитие отношений личности в процессе, времени и пространстве жизни и спортивной карьеры.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, способы профилактики негативного социального поведения <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения средствами и методами воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, средствами и методами профилактики негативного социального поведения
2.	Феноменология негативных социальных явлений	<p>Природа, функции и типология норм. Проблема определения понятия «негативное социальное явление». Поведение, отклоняющееся от</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и

		<p>норм психического здоровья: общая характеристика.</p> <p>Социальное сиротство как результат деформации семьи и нарушения межпоколенных связей. Дети, женщины и пожилые люди как наиболее незащищенная категория лиц в системе современных общественных отношений.</p> <p>Девиации как социально - педагогическая проблема. Описание девиации в рамках поведенческих, социальных проявлений в рамках социальной педагогики, не затрагивая девиаций психических, чем занимается клиническая психология и психиатрия.</p> <p>Девиация в социальной педагогике как характеристика поведения, отклоняющегося от социальной нормы. нестандартное и деструктивное поведение</p> <p>Типология деструктивного поведения выстраивается в соответствии с его целями: асоциальное, отклоняющееся поведение - поведение, в котором устойчиво проявляются отклонения от социальных норм, как отклонения корыстной, агрессивной ориентации, так и социально-пассивного типа</p>	<p>спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, способы профилактики негативного социального поведения</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения средствами и методами воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, средствами и методами профилактики негативного социального поведения
3.	Проблемы профилактики негативных социальных явлений	<p>Медико-психологические вопросы профилактики негативных социальных явлений. Уровни организации и реализации программ профилактики негативных социальных явлений.</p> <p>Социальная профилактика, социальная поддержка и психологическое сопровождение лиц с отклоняющимся поведением средствами физкультуры и спорта</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, способы профилактики

			<p>негативного социального поведения</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения средствами и методами воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, средствами и методами профилактики негативного социального поведения
4.	<p>Физическая культура и спорт как средства профилактики и коррекции девиантного поведения</p>	<p>Причины, сдерживающие использование физической культуры и спорта в профилактике отклоняющего поведения: недостаточное количество спортивных баз; недооценка возможностей спортивной деятельности со стороны госструктур вне сферы физической культуры и спорта; дефицит информации и пропаганды здорового образа жизни; снижение вклада научных и образовательных учреждений в развитие спорта и переподготовку специалистов; низкие темпы развития клубной системы занятий физической культуры и спорта с учетом</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, способы профилактики негативного социального поведения <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные

		<p>потребностей и возможностей населения; недостаток квалифицированных кадров и низкий уровень их материального обеспечения. Особенности и специфика использования физической культуры и спорта как средств профилактики и коррекции девиантного поведения. Три взаимосвязанных блока Программы профилактики девиантного поведения у подростков и молодежи: психолого-педагогической диагностики особенностей личности, средств и методов формирования интереса к систематическим занятиям физической культуры и спорта, и блока дифференцированного применения физической культуры и спорта для коррекции психоэмоционального состояния; повышения уровня двигательных способностей и функционального состояния организма. Специфические особенности методики физического воспитания педагогически запущенных подростков: наряду с задачами оздоровления организма и повышения моторного потенциала решаются задачи коррекции психоэмоционального состояния и нравственной сферы личности. Первоочередные задачи профилактики отклонений в поведении средствами физической культуры и спорта</p>	<p>качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения средствами и методами воспитания у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностных качеств, формирования моральных ценностей честной спортивной конкуренции, средствами и методами профилактики негативного социального поведения
--	--	--	---

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция № 1. Человек в контексте социальных отношений Природа, функции и типология норм. Проблема определения понятия «негативное социальное явление» применительно к физкультурной и спортивной деятельности	2
2.	Лекция № 2 Феноменология негативных социальных явлений Девиации как социально-педагогическая проблема. Отклоняющееся поведение в рамках физкультуры и спорта	2
3.	Лекция № 3 Проблемы профилактики негативных социальных явлений Социальная профилактика, социальная поддержка и психологическое сопровождение лиц с отклоняющимся поведением средствами физкультуры и спорта	2
4.	Лекция № 4. Физическая культура и спорт как средства профилактики и коррекции девиантного поведения. Программа профилактики девиантного поведения у подростков и молодежи средствами физкультуры и спорта.	2
	ИТОГО:	8

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1.	Практическое занятие 1. Личность в социальном мире спорта. Содержание занятия. 1. Информативная часть. Социальные установки и атрибуты. Объекты жизненных отношений. Классификации и типологии отношений. 2. Практическая часть. Самостоятельная работа Развитие отношений личности в процессе, времени и пространстве жизни и спортивной карьеры.	2
1.	Практическое занятие 2. Проблема определения понятия «негативное социальное явление». Содержание занятия. Поведение, отклоняющееся от норм психического здоровья: общая характеристика. 1. Информативная часть. Социальное сиротство как результат деформации семьи и нарушения межпоколенных связей. Дети, женщины и пожилые люди как наиболее незащищенная категория лиц в системе современных общественных отношений 2. Практическая часть. Формы организации физического воспитания для прегражденных групп.	2
2.	Практическое занятие 3. Описание девиации в рамках поведенческих, социальных проявлений в рамках социальной педагогики. Содержание занятия. 1. Информативная часть. Девиация в социальной педагогике как характеристика поведения, отклоняющегося от социальной нормы. нестандартное и деструктивное поведение	2

	<p>Типология деструктивного поведения выстраивается в соответствии с его целями: асоциальное, отклоняющееся поведение - поведение, в котором устойчиво проявляются отклонения от социальных норм, как отклонения корыстной, агрессивной ориентации, так и социально-пассивного типа</p> <p>2. Практическая часть.</p> <p>Классификации деструктивного поведения</p> <p>ТК-1 (опрос)</p>	
2.	<p>Практическое занятие 4. Виды девиантного поведения: нестандартное, маргинальное, творческое деструктивное поведение.</p> <p>Содержание занятия.</p> <p>1. Информативная часть. В зависимости от способов взаимодействия с реальностью и нарушения тех или иных норм общества девиантное поведение разделяется на пять типов: - делинквентное; - аддиктивное; - патохарактерологическое; - психопатологическое; - на базе гиперспособностей.</p> <p>Девиантным поведением считается любое по степени выраженности, направленности или мотивам поведение, отклоняющееся от критериев той или иной общественной нормы.</p> <p>2. Практическая часть.</p> <p>Игра «Отклонение». Разбор ситуаций с элементами тренинга.</p>	2
3.	<p>Практическое занятие 5. Уровни организации и реализации программ профилактики негативных социальных явлений средствами физкультуры и спорта.</p> <p>1. Содержание занятия.</p> <p>1. Информативная часть. Социальная профилактика, социальная поддержка и психологическое сопровождение лиц с отклоняющимся поведением средствами физкультуры и спорта</p> <p>2. Практическая часть. Конкретное применение социальной профилактики, поддержки и психологического сопровождения лиц с отклоняющимся поведением средствами физкультуры и спорта в рамках конкретного вида спорта</p> <p>ТК-2 (опрос).</p>	2
3.	<p>Практическое занятие 6. Первоочередные задачи профилактики отклонений в поведении средствами физической культуры и спорта</p> <p>Содержание занятия.</p> <p>1. Информативная часть. Психолого-педагогическая диагностика особенностей личности. Средства и методы формирования интереса к систематическим занятиям физической культуры и спорта.</p> <p>2. Практическая часть.</p> <p>Дифференцированное применение физической культуры и спорта для коррекции психоэмоционального состояния; повышения уровня двигательных способностей и функционального состояния организма. ТК-3 (опрос).</p>	2
4.	<p>Практическое занятие 7. Причины, сдерживающие использование физической культуры и спорта в профилактике отклоняющегося поведения.</p> <p>Содержание занятия.</p> <p>1. Информативная часть. Анализ Недостаточное количество спортивных баз; недооценка возможностей спортивной деятельности со стороны госструктур вне сферы физической</p>	2

	<p>культуры и спорта; дефицит информации и пропаганды здорового образа жизни; снижение вклада научных и образовательных учреждений в развитие спорта и переподготовку специалистов; низкие темпы развития клубной системы занятий физической культуры и спорта с учетом потребностей и возможностей населения; недостаток квалифицированных кадров и низкий уровень их материального обеспечения.</p> <p>2. Практическая часть.</p> <p>Анализ причин, сдерживающих использование физической культуры и спорта в профилактике отклоняющего поведения. Обсуждение плюсов и минусов в избранном виде спорта. ТК-4 (опрос).</p>	
4	<p>Практическое занятие 8.</p> <p>Содержание занятия.</p> <p>1. Информативная часть.</p> <p>Доклады по темам реферата.</p> <p>2. Практическая часть.</p> <p>Обсуждение докладов. РК-1 (кафедра)</p>	2
	ИТОГО:	16

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Кабачков, В.А. Профилактика наркомании средствами физической культуры и спорта : учебное пособие. - Москва : Академия, 2015. - 222, [1] с. : ил.
2. Кулаченко, М. П. Социально-педагогические основы вожатской деятельности : учебное пособие для вузов / М. П. Кулаченко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 161 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14543-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520070>
3. Профилактика негативных социальных явлений (спортивный экстремизм) : учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, С.Ю. Калишевич [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 135 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Расцелуева, Н.В. Краткий курс лекций по дисциплине «Профилактика наркомании средствами физической культуры и спорта : учебное пособие. - Хабаровск : ДВГАФК, 2018. – 85 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учебное пособие. - М. :Кнорус, 2012. - 238, [1] с.
2. Волокитина, Т.В. Основы медицинских знаний : учеб. пособие. - М. : Академия, 2011. - 223, [1] с. : ил.
3. Казаринова, Л.В. Борьба с правонарушениями и преступлениями в сфере физической культуры и спорта: управление противодействием обороту запрещенных веществ : монография. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 234 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Коробкина, З.В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи : учебное пособие. - М. : Академия, 2010. - 189 с.

5. Кулганов, В.А. Превентология. Профилактика социальных отклонений : учебное пособие. - Санкт-Петербург : Питер, 2014. - 301 с.
6. Морозов, М.А. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний : учебное пособие. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. - 175 с. : ил.
7. Петрушин, В.И. Психология здоровья : учебник. - Москва :Юрайт, 2019. - 429, [2] с. : ил.
8. Сирота, Н.А. Профилактика наркомании и алкоголизма : [учебное пособие]. - Москва : Академия, 2009. - 174, [1] с. : ил.
9. Тарасенко, Л.В. Технологии работы с молодежью группы риска в России : учебное пособие / Л.В. Тарасенко, О.А. Нор-Аревян. – Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2015. – 218 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=462035>
10. Щанкин, А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / А.А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 98 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577666>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №317** (2 этаж, нежилое помещение № 5) – Специализированная мебель: Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушетка-1шт. Оборудование:

доска меловая-1шт., проектор Acer X125H-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук SONYVAIOVPC-CW1E1R/BU-1шт.

- **Кабинет психорегуляции (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)** (2 этаж, нежилое помещение № 20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№ лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№ лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов АBBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Операционная система ROSA Enterprise RU – № лицензии r100510-1s-f-201118-14 по r100510-1s-f-201118-44 от 20.11.2018 г., срок использования – бессрочно. Creative cloud for teams ALL APPs ALL Multiple Platforms (для работы с фотографиями, дизайном, видео, веб-контентом, UX) № лицензии 02FA6426B041BB81E77A от 18.08.2020г., срок использования – ежегодная пролонгация. Программное обеспечение для видеоконференций Polycom RealPresence Desktop, № лицензии 5150-75109-001 от 19.11.2018г., срок использования – бессрочно. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. Statgraphics Centurion – Сублицензионный договор № К-05 от 04.02.2015г. срок использования – бессрочно. АBBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биохимии

Рабочая программа дисциплины

ПРОФИЛАКТИКА ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Профилактика допинга	ОПК-11. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-11	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий. <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить антидопинговые мероприятия. <p>ОПК-11.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками проведения работы по предотвращению применения допинга. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить антидопинговые мероприятия. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками проведения работы по предотвращению применения допинга.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36					36			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	14					14			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	22					22			
Контроль (зачет)	6					6			
Самостоятельная работа студента	30					30			
Общая трудоемкость	часы					72			
	зачетные единицы					2			

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение в антидопинговую тему. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте.	<p>Определение понятия «допинг». История использования допинга. Создание службы антидопингового контроля. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Общие принципы антидопингового обеспечения. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства WADA и РУСАДА. Специфичность задач антидопингового контроля.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий

			<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ;- осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории;- планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению;- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте;- выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам;- представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам;- изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ;- оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга;- изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ;- разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.
--	--	--	---

2.	Современная организация антидопингового контроля в спорте.	<p>Права и обязанности спортсмена и персонала при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка биопроб при проведении допинг-контроля. Основные аналитические методы, используемые для определения запрещенных субстанций в биологических жидкостях. Принципы современных аналитических методик, обеспечивающих достоверную детекцию запрещенного препарата/метода или его метаболитов в крови или в моче. Международный стандарт для лабораторий (МСЛ), разработанный в рамках Всемирной антидопинговой Программы. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Получение лицензии и контроль качества аналитических процедур.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по
----	--	---	--

			<p>информационным антидопинговым программам;</p> <ul style="list-style-type: none"> - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.
3	<p>Субстанции и методы, входящие в Запрещенный список ВАДА</p>	<p>Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Обновление правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список. Манипуляции с кровью и ее компонентами, химические и физические манипуляции с биопробами, генный и клеточный допинг.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий

			<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.
4	Риски, связанные с использованием допинга	Возможные негативные спортивные, медицинские, этические, финансовые и	Знает:

		<p>юридические последствия использования допинга в спорте.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; - осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; - планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; - выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; - выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; - представлять информационные материалы по антидопинговым программам;
--	--	--	--

			<ul style="list-style-type: none"> - изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; - оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; - изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; - разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.
5	Меры, принимаемые против допинга в спорте.	<p>Антидопинговое образование. Биологический паспорт спортсмена. Создание зарегистрированных пулов тестирования и местонахождения спортсменов. Роль и ответственность антидопинговой лаборатории. Управление результатами допинг-контроля. Система «Адамс». Разрешение на терапевтическое использование (TUE) и порядок его получения. Возможные исключения. Санкции за нарушения к спортсменам и тренерам. Преимущества спортсменов стран с передовой фармакологической и спортивной наукой.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; - международные антидопинговые правила и стандарты; - антидопинговое законодательство Российской Федерации; - современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; - методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; - содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; - международные этические нормы в области противодействия применению допинга; - планы антидопинговых мероприятий

		<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ;- осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории;- планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению;- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте;- выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам;- представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам;- изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ;- оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга;- изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ;- разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;
--	--	--

			<ul style="list-style-type: none">- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц;- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте;- изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте;- внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте;- выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;- анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам;- разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов
--	--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция №1. Введение в антидопинговую тему. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Определение понятия «допинг». История использования допинга. Создание службы антидопингового контроля. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА.	2
2.	Лекция №2. Современная организация антидопингового контроля. Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА. Организация антидопингового контроля. Права и обязанности спортсмена при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля. Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча). Правила отбора биологического материала и транспортировка проб при проведении допинг-контроля.	2
3	Лекция №3. Эндокринная система как регулятор скорости метаболических процессов в организме Эндокринная система, уровни ее организации и возможности влияния с помощью экзогенных и эндогенных молекул. Типичные нарушения состояния здоровья у профессиональных спортсменов в результате перенапряжения функциональных систем организма.	2
4	Лекция №4. Субстанции и методы, включенные в Запрещенный список ВАДА Классификация субстанций и методов по периодам запрета. Химическая структура веществ, используемых как допинг и их связь с основными метаболическими процессами в организме человека. Обновление антидопинговых правил и Запрещенного списка WADA. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список.	2
5	Лекция №5. Эффекты различных классов веществ, наиболее часто используемых в качестве допинга Возможные негативные последствия приема запрещенных субстанций. Психотропные вещества. Анаболические стероиды и их влияние на организм человека.	2
6	Лекция № 6. Биологический паспорт спортсмена. Гематологический, стероидный и эндокринный модули биологического паспорта спортсмена. Основные параметры. Особенности оценки гемоглобиновой массы.	2

7	<p>Лекция № 7. Риски, связанные с использованием допинга Меры, принимаемые против допинга в спорте</p> <p>Возможные юридические, финансовые и репутационные последствия использования допинга.</p> <p>АДАМС – online программа для сбора и хранения данных.</p> <p>Использование базовых функций системы.</p> <p>Использование запрещенных препаратов - нарушение принципа честной спортивной борьбы (Fair Play). Преимущества спортсменов стран с передовой фармакологической и спортивной наукой.</p>	2
---	--	---

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<p>Практическое занятие №1. Введение в основы антидопингового обеспечения. Антидопинговый контроль в различных видах спорта. Роль WADA и РУСАДА.</p> <p>Определение понятия «допинг». Создание службы антидопингового контроля. Основные этапы развития и становления антидопингового контроля в спорте.</p> <p>Специфичность задач антидопингового контроля в различных видах спорта. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Всемирный антидопинговый Кодекс. Роль Всемирного антидопингового агентства и РУСАДА.</p> <p>Всемирный антидопинговый Кодекс. Нарушение антидопинговых правил, санкции и последствия.</p>	2
2.	<p>Практическое занятие №2. Организация антидопингового контроля в различных видах спорта.</p> <p>Организация антидопингового контроля. Права и обязанности спортсмена при проведении допинг-контроля. Протокол допинг-контроля.</p> <p>Анализируемые биологические субстраты (кровь, моча).</p> <p>Правила отбора биологического материала и транспортировка проб при проведении допинг-контроля.</p>	2
3	<p>Практическое занятие №3. Эндокринная система как регулятор скорости метаболических процессов в организме.</p> <p>Эндокринная система, уровни ее организации и возможности влияния с помощью экзогенных и эндогенных молекул. Типичные нарушения состояния здоровья у профессиональных спортсменов в результате перенапряжения функциональных систем организма.</p>	2
4	<p>Практическое занятие №4. Биологический паспорт спортсмена</p> <p>Гематологический, стероидный и эндокринный модули биологического паспорта спортсмена. Основные параметры. Особенности оценки гемоглобиновой массы.</p>	2
5	<p>Практическое занятие №5. Анаболические агенты, факторы роста, гормоны и модуляторы метаболизма, b-2- агонисты (классы S1-S4 запрещенного списка WADA).</p> <p>Механизм действия анаболических стероидов, побочные эффекты и последствия воздействия на организм спортсмена, примеры запрещенных субстанций, используемых в качестве допинга.</p>	2
6	<p>Практическое занятие №6. Психостимуляторы, наркотики и каннабиноиды (классы S6-S8 запрещенного списка WADA).</p>	2

	Стимулирующие препараты, воздействующие на ЦНС, возбуждающие психомоторную функцию. Причины повышения физической и психической работоспособности и последствия для здоровья спортсмена. Опасность препаратов, притупляющих чувство усталости, «отодвигающих» развитие охранительного торможения.	
7	Практическое занятие №7. Диуретики и маскирующие агенты. Глюкокортикостероиды. Бета-блокаторы (классы S5, S9, P1 запрещенного списка WADA). Механизм действия разных групп фармакологических препаратов: диуретики, глюкокортикоиды, бета-блокаторы на организм спортсмена. Негативные последствия приема. Примеры запрещенных субстанций, используемых в качестве допинга.	2
8	Практическое занятие №8. Кровяной допинг и субстанции, влияющие на эритропоэз. Опасность применения кровяного допинга и препаратов эритропоэтинов и агентов, влияющих на эритропоэз для здоровья спортсмена. Контроль за их использованием. Запрещенные методы и субстанции в элитном спорте.	2
9	Практическое занятие №9. Классификация запрещенного списка. Запрещенные методы. Генный и клеточный допинг. Обязательные и необходимые критерии внесения препарата в Запрещенный список. Программа мониторинга. Обзор основных изменений запрещенного списка. Манипуляции с кровью и ее компонентами, химические и физические манипуляции с биопробами, генный и клеточный допинг.	2
10	Практическое занятие №10. Концепция Therapeutic use exemptions (TUE) Система антидопингового администрирования и менеджмента (ADAMS). Международный стандарт по терапевтическому использованию запрещенных субстанций. Запрос на терапевтическое использование, критерии получения разрешения, ретроактивный запрос на терапевтическое использование. АДАМС – online программа для сбора и хранения данных. Использование базовых функций системы.	2
11	Практическое занятие №11. Рубежный контроль.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Андриянова, Е. Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 134 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12572-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518927>
2. Безуглов, Э.Н. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / Э.Н. Безуглов, Е.Е. Ачкасов. - Москва : Спорт, 2020. - 287 с. :цв. ил.

3. Дорофейков, В.В. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие / В.В. Дорофейков, Т.Г. Невзорова, Т.В. Живова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 80 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Казаринова, Л.В. Допинг в спорте: правовые и психолого-педагогические аспекты противодействия : учебное пособие / Л.В. Казаринова, С.И. Петров, А.А. Смирнов; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 90 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Чеботарев, А. В. Борьба с допингом : учебное пособие для вузов / А. В. Чеботарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 33 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14944-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519613>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Андриянова, Е.Ю. Профилактика допинга в спорте : учебное пособие / Е.Ю. Андриянова; Олимпийский комитет России ; Великолукская олимпийская академия ; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2018. - 127 с. : ил.
2. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина : учебное пособие / Е.Ю. Андриянова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 325 с. : ил.
3. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина : учебное пособие / Е.Ю. Андриянова; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2014. - 324 : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Батоцыренова, Е.Г. Допинг-контроль в спорте : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 93 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Куртев, С. Г. Основы антидопингового обеспечения : учебное пособие / С. Г. Куртев. — Омск : СибГУФК, 2018. — 116 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/142484>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Невзорова, Т.Г. Антидопинговый контроль в спорте : учебное пособие / Т.Г. Невзорова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. - 93 с.: ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
7. Основы антидопингового обеспечения / авт.-сост. Н. В. Минникаева, Р. С. Жуков, С. В. Шабашева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – 139 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684965>
8. Основы антидопингового обеспечения спорта : учебное пособие / под редакцией Э.Н. Безуглова, Е. Е. Ачкасова ; художник Ф. Е. Барбышев. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 288 с. — ISBN 978-5-906132-29-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165135>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Платонов, В.Н. Допинг в спорте и проблемы фармакологического обеспечения подготовки спортсменов / В.Н. Платонов, С.А. Олейник, Л.М. Гунина. - М. : Советский спорт, 2010. - 306 с. : ил.
10. Смоленский, А.В. Основы антидопингового обеспечения : учебно-методическое пособие / А.В. Смоленский, А.В. Тарасов. - Москва : Колос-с, 2018. - 86, [2] с. : ил.
11. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие / Л.В. Капилевич, Е.Ю. Дьякова, Е.В. Кошельская, В.И. Андреев; Национальный

исследовательский Томский политехнический университет. - Москва :Юрайт, 2020.
- 151 с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

1. Биохимическая лаборатория
2. Мультимедийный комплекс
3. Мультимедийные лекции
4. Демонстрационные приборы
5. Плакаты
6. ПК и программное обеспечение
7. Химическая посуда
8. Автоматические дозаторы
9. Аналитические весы
10. рН-метры
11. Фотоэлектроколориметры
12. Спектрофотометры
13. Холодильники
14. Дистиллятор
15. Наборы реактивов и полуавтоматическое оборудование для определения наиболее часто используемых в биохимии спорта параметров

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биохимии

Рабочая программа дисциплины

СПОРТИВНАЯ БИОХИМИЯ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе 3 семестре очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*.

ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1	<p>ОПК -1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>ОПК-1.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в

	спортивной подготовки, сферы образования.	рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
ОПК-13	<p>ОПК -13.1. Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>ОПК — 13.2. Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>ОПК — 13.3. Имеет опыт: - владеет методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.</p>	<p>Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>Имеет опыт: - владеет методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.</p>

3 ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36			36					
В том числе:									
Занятия лекционного типа	14			14					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	22			22					
Промежуточная аттестация (ЭКЗАМЕН)	18			18					
Самостоятельная работа студента	54			54					
Общая трудоемкость	часы			108					
	зачетные единицы	3		3					

4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п.п.	Тема (раздел)	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Химический состав мышц. Мышечное сокращение и расслабление	Типы мышечной ткани. Химический состав цитоплазмы мышечных клеток. Саркоплазма и саркоплазматическая сеть. Строение и химический состав миофибрилл. АТФ-ная активность миозина. Двигательный нервный импульс. Образование поперечных мостиков между толстыми и тонкими нитями миофибрилл. Преобразование энергии в процессе мышечного сокращения. Участие миоглобина в транспорте кислорода внутри миоцитов. Молекулярные механизмы мышечного расслабления. Кальциевый насос. Роль коллагена в мышечном расслаблении.	Знает: - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления. - влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека.
2	Биоэнергетика мышечной деятельности	Основные способы синтеза АТФ в мышечных клетках. Количественные критерии путей ресинтеза АТФ во время мышечной работы. Зоны относительной мощности работы	Знает: - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления Умеет: - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности.
3	Биохимические закономерности утомления и восстановления после мышечной работы	Исчерпание источников энергии в работающих мышцах. Развитие свободно радикального окисления, повреждение мышечных мембран, образование и накопление лактата. Срочное и отставленное восстановление. Алактатный и лактатный кислородный долг. Супер-	Знает: - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления; Умеет: - с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов; Имеет опыт: - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе.

		компенсация. Биохимические основы спортивного питания	
4	Биохимическая адаптация к мышечной работе	Биологическое назначение адаптации организма к мышечной работе. Срочная и долговременная адаптация. Срочный, отставленный и кумулятивный тренировочный эффект.	Знает: - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления Умеет: - выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности; - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи
5	Биохимический контроль в спорте	Основные задачи биохимического контроля. Методы биохимического контроля. Общая направленность биохимических сдвигов в организме после выполнения стандартных и максимальных нагрузок в зависимости от уровня тренированности. Объекты биохимического контроля.	Знает: - содержание и формы биохимического контроля в процессе спортивной подготовки; Умеет: - оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи. Имеет опыт: - анализа биохимических показателей и разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на его основе.

4.1. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция № 1. Строение и химический состав мышц. Механизм мышечного сокращения и расслабления. Общая характеристика мышц. Краткая характеристика органоидов мышечных клеток. Саркоплазматический ретикулум. Химический состав саркоплазмы. Строение и химический состав миофибрилл. Механизм мышечного сокращения. Механизм мышечного расслабления. Краткая характеристика гладких мышц.	2
2	Лекция № 2. Биоэнергетика мышечной деятельности. Количественные критерии путей ресинтеза АТФ. Аэробный ресинтез АТФ. Креатинфосфатный ресинтез АТФ. Гликолитический ресинтез АТФ. Зоны относительной мощности работы.	2
3	Лекция № 3. Биохимические изменения при мышечной работе.	2

	Биохимические сдвиги в скелетных мышцах, головном мозгу. Биохимические сдвиги в миокарде. Биохимические сдвиги в печени. Биохимические сдвиги в крови. Биохимические сдвиги в моче.	
3	Лекция № 4. Биохимические закономерности утомления. Общая характеристика утомления. Развитие охранительного (запредельного) торможения. Нарушение функций вегетативных и регуляторных систем организма. Исчерпание энергетических резервов. Образование и накопление в организме лактата. Повреждение биологических мембран свободнорадикальным окислением.	2
3	Лекция № 5. Биохимические закономерности восстановления. Общая характеристика восстановления. Срочное восстановление. Отставленное восстановление. Суперкомпенсация. Методы ускорения восстановления.	2
4	Лекция № 6. Биохимические закономерности адаптации к мышечной работе. Общая характеристика адаптации к мышечной работе. Генотипическая адаптация. Фенотипическая адаптация. Срочная и долговременная адаптация. Тренировочный эффект.	2
5	Лекция № 7. Биохимический контроль в спорте. Основные задачи биохимического контроля. Методы биохимического контроля. Общая направленность биохимических сдвигов в организме после выполнения стандартных и максимальных нагрузок в зависимости от уровня тренированности. Объекты биохимического контроля	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	занятие №1. Химический состав мышц. Мышечное сокращение и расслабление. Строение мышечных клеток, Химический состав саркоплазмы. Основные мышечные белки - миозин и актин. Строение миофибрилл. Молекулярные механизмы мышечного сокращения и расслабления. Биологическая роль АТФ в мышечной деятельности. Мышечная релаксация. Биологическая роль кальциевого насоса.	2
2	занятие №2. Биоэнергетика мышечной деятельности АТФ – непосредственный источник энергии для работающих мышц. Необходимость пополнения запасов АТФ непосредственно во время мышечной деятельности. Критерии путей ресинтеза АТФ: время разворачивания, максимальная мощность, продолжительность работы с максимальной мощностью. Тканевое дыхание – основной путь ресинтеза АТФ, его характеристика. Роль цикла трикарбоновых кислот (ЦТК) в аэробном образовании АТФ. Ресинтез АТФ в процессе гликолиза, его характеристика. Креатинкиназная реакция, ее характеристика. Биохимическая оценка путей ресинтеза АТФ. Соотношение между основными путями ресинтеза АТФ при мышечной работе разного характера. Зоны максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной мощности	2
3	занятие №3. Биохимические изменения в организме при мышечной работе и утомлении Регуляция обмена веществ при мышечной работе. Общая направленность метаболизма при мышечной работе. Биохимические сдвиги в мышцах, внутренних органах, в крови, в моче и их зависимость от характера выполненной работы. Биологическая роль и основные биохимические механизмы развития утомления. Лабораторная работа. Определение кислотности мочи с использованием универсального индикатора Универсальный индикатор последовательно меняет окраску от красной в кислой среде до фиолетовой в щелочной. Каждому значению рН соответствует определенная окраска.	2
3	занятие №4. Молекулярные механизмы развития утомления	2

	<p>Исчерпание источников энергии. Закисление организма вследствие накопления лактата. Повреждение биологических мембран свободнорадикальным окислением. Запредельное торможение</p> <p>Лабораторная работа. Определение белка в моче с использованием индикаторных полосок.</p> <p>Индикаторная полоска меняет окраску от бледно-желтой до темно-зеленой в зависимости от концентрации белка. Каждой концентрации белка соответствует определенная окраска.</p>	
3	<p>занятия №5-№6. Биохимические закономерности восстановления работоспособности</p> <p>Срочное восстановление. Устранение креатина. Алактатный кислородный долг. Устранение лактата. Лактатный кислородный долг. Отставленное восстановление. Синтез гликогена, жиров и белков в период отставленного восстановления. Суперкомпенсация. Общая характеристика медико-биологических методов ускорения восстановительных процессов</p>	4
3	<p>занятие № 7. Биохимические основы здорового питания</p> <p>Понятие о здоровом питании и функциональных продуктах питания. Нарушения обмена веществ, связанные с избыточностью или недостаточностью питания. Значение белков, жиров, углеводов и микронутриентов в питании человека. Представление о пищевой и биологической ценности основных пищевых веществ</p>	2
4	<p>занятие №8-9. Биохимические механизмы адаптации</p> <p>Изменение направленности метаболизма в клетках при развитии адаптации. Ускорение распада гликогена в печени и в мышцах. Включение анаэробных способов ресинтеза АТФ. Повышение скорости тканевого дыхания. Мобилизация и окисление жиров. Тренировочный эффект. Биохимические сдвиги, возникающие при мышечной работе и характеризующие энергообеспечение выполняемых нагрузок. Биохимические сдвиги, возникающие после завершения работы и характеризующие восстановительные процессы</p>	4
4	<p>занятие №10. Биологические принципы спортивной тренировки</p> <p>Принцип сверхотягощения, принцип обратимости, принцип последовательности, принцип цикличности.</p>	2
5	<p>занятие №11. Биохимический контроль в спорте</p> <p>Виды организации биохимического контроля. Пути ресинтеза АТФ и их количественные критерии (мощность, время разворачивания, время поддержания максимальной мощности). Биохимический контроль степени тренированности спортсмена (оценка срочного и кумулятивного тренировочного эффекта).</p> <p>Лабораторная работа. Экспресс анализ мочи с помощью индикаторных тест-полосок. Полоска позволяет одновременно определить 10 показателей: лейкоциты, кровь, нитриты, кетоны, уробилиноген, билирубин, белок, глюкоза, рН, удельный вес.</p>	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Биохимия человека : учебное пособие / Л.В. Капилевич, Е.Ю. Дьякова, Е.В. Кошельская, В.И. Андреев; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. - Москва : Юрайт, 2019. - 151 с. : ил.
2. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 148 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

3. Рухляда, Л.К. Курс лекций по спортивной биохимии : учебное пособие / Л.К. Рухляда, В.Е. Могилёв, А.Л. Крамаренко; Дальневосточная государственная академия физической культуры, Хабаровск. - Хабаровск : ДВГАФК, 2019. – 111 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Осипова, Г. Е. Биохимия спорта : учебное пособие для вузов / Г. Е. Осипова, И. М. Сычева, А. В. Осипов. — 2-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 135 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13612-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518867>
5. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич, Е. Ю. Дьякова, Е. В. Кошельская, В. И. Андреев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 151 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11890-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490430>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Биохимия человека : учебное пособие / Л.В. Капилевич, Е.Ю. Дьякова, Е.В. Кошельская, В.И. Андреев; Национальный исследовательский Томский политехнический университет. - Москва :Юрайт, 2016. - 151 с. : ил.
2. Воцинина, Н.А. Химический анализ : учебное пособие / Н.А. Воцинина; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. - Малаховка : [б. и.], 2018. – 153 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Ершов, Ю.А. Биохимия человека : учебник / Ю.А. Ершов. - 2-е изд, перераб. и доп. - Москва :Юрайт, 2016. - 372, [2] с. : ил.
4. Избранные лекции по спортивной биохимии : учебное пособие / сост.: О. Н. Кудря, Т. А. Линдт ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2014. – 131 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Кулиненко, О.С. Биохимия в практике спорта / О.С. Кулиненко, И.А. Лапшин. - Москва : Спорт, 2018. - 181, [3] с. : ил.
6. Михайлов, С.С. Самостоятельная работа студентов по дисциплинам "Биохимия человека" и "Спортивная биохимия" : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 107 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Михайлов, С.С. Биохимия двигательной деятельности : учебник / С.С. Михайлов. - 8-е изд., стер. - Москва : Спорт : Человек, 2021. - 291, [1] с. : ил.
8. Невзорова, Т.Г. Прикладные задачи биохимического контроля в спорте. Основные биохимические маркеры оценки состояния здоровья спортсмена и переносимости физических нагрузок : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. – 94 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Невзорова, Т.Г. Дифференцированные способы повышения спортивной работоспособности : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 88 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Рухляда, Л.К. Курс лекций по биохимии : учебное пособие / Л.К. Рухляда, В.Е. Могилёв, А.Л. Крамаренко; Министерство спорта Российской Федерации ; Дальневосточная государственная академия физической культуры, Хабаровск. - Хабаровск : ДВГАФК, 2019. – 121 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>

- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОС-СИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены мультимедийным оборудованием. В лаборатории имеются следующие приборы: автоматический фотометр, центрифуга, автоматические дозаторы, пробирки, наборы реагентов для проведения лабораторных работ и пр. Из оргтехники на кафедре имеются: три ноутбука, 3 компьютера и 2 многофункциональных устройства.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра спортивной медицины и комплексной реабилитации

Рабочая программа дисциплины

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Обеспечение безопасности	ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма.
Профессиональные компетенции	
Организационно-методический	ПК-2. Способен обеспечивать решение задач профессиональной деятельности в соответствии с особенностями медико-биологического и психологического обеспечения занятий физической культурой и спортом.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-10	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. <p>ОПК-10.3 Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.

<p>ПК-2</p>	<p>ПК-2.1. Знает: - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>ПК-2.2. Знает: - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.</p> <p>ПК-2.3. Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>ПК-2.4. Умеет: - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>ПК-2.5. Владеет: - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в</p>	<p>Знает: - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Знает: - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.</p> <p>Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Умеет: - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Владеет: - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического,</p>
-------------	---	---

	процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.	психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
--	---	---

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:
очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	66								66	
В том числе:										
Занятия лекционного типа	16								16	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32								32	
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	18								18	
Самостоятельная работа студента	78								78	
Общая трудоемкость	часы	144							144	
	зачетные единицы	4							4	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:
4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая патология	Понятие о здоровье. Понятие о предболезни. Понятие о болезни. Факторы риска возникновения болезней. Периоды болезни. Понятие об этиологии болезней. Экзогенные и эндогенные причины возникновения болезней. Факторы риска возникновения травм. Экзогенные и эндогенные причины возникновения травм. Понятие о патогенезе болезней. Понятие об иммунитете. Нарушения иммунной системы. Понятие об аллергии. Иммунная система при занятиях спортом. Понятие о конституции, типы конституции. Понятие о наследственности. Типовые патологические процессы.	Знает: - правила техники безопасности, профилактики травматизма. Умеет: - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. Имеет опыт: - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и

		<p>Понятие о воспалении, лихорадке, лейкоцитозе, лейкопении. Типовые нарушения системы кровообращения.</p>	<p>соревнований. Знает: - содержания и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. Знает: - алгоритмов коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средств и методов мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. Умеет: - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. Имеет опыт: - Владения методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного</p>
--	--	--	--

			<p>процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.</p>
2.	<p>Медицинские аспекты допуска к занятиям спортом.</p>	<p>Оценка состояния здоровья при допуске к занятиям спортом. Современные методы обследования спортсменов. Оценка сердечно-сосудистой системы спортсменов. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы спортсменов, методы оценки. Спортивное сердце. Оценка системы внешнего дыхания спортсменов. Функциональные пробы системы внешнего дыхания, методы оценки. Оценка нервной системы спортсменов при занятиях спортом, методы оценки.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержания и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмов коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга,

			<p>средств и методов мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Владения методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
3.	Врачебный контроль в спорте.	Врачебно-педагогические наблюдения, определение, задачи. Формы, методы врачебно-педагогических наблюдений. Самоконтроль спортсмена. Врачебный контроль в спорте. Врачебный контроль за детьми и	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить

		<p>подростками. Врачебный контроль за женщинами-спортсменками. Медицинское обеспечение массовой физической культуры.</p>	<p>мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержания и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмов коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средств и методов мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и
--	--	--	---

			<p>медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Владения методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
4.	<p>Спортивный травматизм и неотложные состояния в спорте. Внезапная смерть в спорте.</p>	<p>Спортивные травмы. Факторы риска возникновения спортивных травм. Внешние и внутренние причины возникновения спортивных травм. Первая помощь при спортивных травмах, метод ПЛДП (покой, лед, давление, подъем). Открытые и закрытые повреждения. Понятие об ушибах. Переломы, виды переломов, первая помощь при закрытых и открытых переломах. Травматические вывихи. Кровотечения, способы временной остановки кровотечений. Черепно-мозговые травмы. Обморочные (синкопальные) состояния в спорте, виды, первая помощь. Понятие о гипогликемии. Внезапная смерть в спорте. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Понятие о переохлаждении и отморожении, первая помощь. Понятие об ожогах, первая</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержания и формы психологического и медико-биологического обеспечения

		<p>ПОМОЩЬ.</p>	<p>тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмов коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средств и методов мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Владения методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического,
--	--	----------------	---

			психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
5.	<p>Частная патология. Хроническое перенапряжение спортсменов. Восстановительные средства в спорте.</p>	<p>Заболевания сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, пищеварительной, мочевыделительной систем спортсменов. Перетренированность. Хроническое перенапряжение сердечно-сосудистой системы спортсменов. Хроническое перенапряжение опорно-двигательной системы спортсменов. Понятие о допингах. Восстановительные средства в спорте.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержания и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмов коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средств и методов мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>Умеет:</p>

			<p>- разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Владения методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
--	--	--	---

**4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция № 1. Понятие о здоровье. Понятие о предболезни. Понятие о болезни. Периоды болезни. Понятие об этиологии. Внешние (экзогенные) причины возникновения болезни.	2
1.	Лекция № 2. Внутренние (эндогенные) причины возникновения болезни. Понятие об иммунитете. Нарушения иммунной системы. Понятие об аллергии. Иммунная система при занятиях спортом. Понятие	2

	о конституции, типы конституции.	
2.	Лекция № 3. Сердечно-сосудистая система при занятиях спортом. Понятие о спортивном сердце. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы спортсменов, методы оценки.	2
3.	Лекция № 4. Врачебный контроль в спорте. Врачебно-педагогические наблюдения, определение, задачи. Формы и методы врачебно-педагогических наблюдений. Самоконтроль спортсмена.	2
4.	Лекция № 5. Спортивный травматизм. Факторы риска возникновения спортивных травм. Внешние и внутренние причины возникновения спортивных травм. Спортивные травмы. Первая помощь при спортивных травмах, метод ПЛДП (покой, лед, давление, подъем). Открытые и закрытые повреждения. Понятие об ушибах. Переломы, определение, виды переломов, первая помощь при закрытых и открытых переломах. Травматические вывихи. Кровотечения, способы временной остановки кровотечений. Черепно-мозговые травмы.	2
4.	Лекция № 6. Неотложные состояния в спорте. Обморочные (синкопальные) состояния в спорте, виды, первая помощь. Понятие о гипогликемии. Внезапная смерть в спорте. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Понятие о переохлаждении и отморожении, первая помощь. Понятие об ожогах, первая помощь.	2
5.	Лекция № 7. Хроническое перенапряжение опорно-двигательной системы спортсменов. Факторы риска возникновения хронического перенапряжения опорно-двигательной системы спортсменов.	2
5.	Лекция № 8. Восстановительные средства в спорте.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Практическое занятие №1. Понятие о патогенезе. Типовые патологические процессы. Понятие о воспалении, лихорадке, лейкоцитозе, лейкопении. Типовые нарушения системы кровообращения.	2
1.	Практическое занятие №2. Текущий контроль №1. «Общая патология».	2
2.	Практическое занятие №3. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Оценка частоты пульса и артериального давления в состоянии покоя. Методика проведения функциональных проб сердечно-сосудистой системы..	2
2.	Практическое занятие №4. Оценка типов реакции сердечно-сосудистой системы на функциональные пробы сердечно-сосудистой системы.	2
2.	Практическое занятие №5. Текущий контроль №2. «Сердечно-сосудистая система при занятиях спортом».Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы. Электрокардиография.	2

	Холтеровское мониторирование. Эхокардиография.	
2.	Практическое занятие №6. Система внешнего дыхания при занятиях спортом. Методы исследования дыхательной системы спортсменов. Жизненная емкость легких. Функциональные пробы дыхательной системы.	2
2.	Практическое занятие №7. Текущий контроль №3. «Система внешнего дыхания при занятиях спортом».	2
2.	Практическое занятие №8. Нервная система при занятиях спортом. Вегетативная нервная система, оценка функционального состояния вегетативной нервной системы спортсменов. Понятие об анализаторах.	2
2.	Практическое занятие №9. Текущий контроль №4. «Нервная система при занятиях спортом».	2
3.	Практическое занятие №10. Врачебно-педагогические наблюдения, определение, задачи. Формы и методы врачебно-педагогических наблюдений. Самоконтроль спортсмена.	2
3.	Практическое занятие №11. Текущий контроль №5. «Врачебно-педагогические наблюдения».	2
3.	Практическое занятие №12. Спортивный травматизм и неотложные состояния в спорте.	2
4.	Практическое занятие №13. Текущий контроль №6. «Спортивный травматизм и неотложные состояния в спорте».	2
5.	Практическое занятие №14. Текущий контроль №7. Перетренированность. Хроническое физическое перенапряжение спортсменов.	2
5.	Практическое занятие №15. Хроническое перенапряжение опорно-двигательной системы спортсменов. Рубежный контроль №1.	2
5.	Практическое занятие №16. Восстановительные средства в спорте. Рубежный контроль №2.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518928>
2. Белова, Л.В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.В. Белова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». — Ставрополь : СКФУ, 2016. — 149 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915>

3. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия : [учебное пособие] / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. - Москва : Спорт : Человек, 2018. - 707, [1] с. : ил.
4. Левенков, А.Е. Физические методы в комплексной реабилитации заболеваний и спортивных травм : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. - 118 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Лутков, В.Ф. Методы и методики функциональных лейкопластырных повязок в спортивной медицине : учебное пособие / В.Ф. Лутков; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. - 164 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Ериков, В.М. Спортивная медицина : учебно-методическое пособие. - Москва : РУСАЙНС, 2021. - 123 с.
2. Заболевания спортсменов : учебник / А.В. Смоленский, О.И. Беличенко, А.В. Тарасов, С.Ю. Золичева; под редакцией А. В. Смоленского, А. В. Тарасова. - Москва : Спорт, 2020. - 215 с. : ил.
3. Лутков, В.Ф. Современные методики тейпирования для профилактики перенапряжения опорно-двигательного аппарата спортсменов : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2018. - 155 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Макарова, Г.А. Спортивная медицина : учебник для студентов вузов / Г.А. Макарова. - Москва : Советский спорт, 2006. - 478 с. : ил.
5. Миллер, Л.Л. Общая патология в спортивной медицине : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. - 82 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Миллер, Л.Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.Л. Миллер. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2010. - 170 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Миллер, Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. Миллер; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Москва : Человек, 2015. - 183 с.
8. Прогнозирование и комплексная профилактика профессиональных заболеваний в спорте : учебное пособие / О.Б. Крысюк, И.А. Афанасьева, Д.Д. Дальский, Э.В. Науменко. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 128 с. : ил.
9. Ромашин, О. В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины : учебное пособие для вузов / О. В. Ромашин, А. В. Смоленский, В. Ю. Преображенский. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 132 с. — ISBN 978-5-8114-9693-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/197713>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины : учебное пособие / С.Г. Куртев, И.А. Кузнецова, С.И. Еремеев, Л.А. Лазарева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. - 4-е изд., стер. - Омск : Издательство СибГУФК, 2016. - 152 с. : таб. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483298>
11. Спортивная медицина : учебник / под ред. А. В. Смоленского. - Москва : Академия, 2015. - 318, [1] с. : ил.
12. Спортивная медицина: курс лекций и практических занятий : учебное пособие / В. С. Бакулин, А. Н. Богачев, И. Б. Грецкая, М. М. Богомолова. — Волгоград : ВГАФК, 2019. — 219 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158217>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

13. Спортивная медицина : учебник / составитель В. П. Власова. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/163498>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
14. Усанова, А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 253, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link%20isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №305** (3 этаж, нежилое помещение №13) – Специализированная мебель: Учебный стол-33шт., скамья-33шт., стол письменный-1шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №304** (3 этаж, нежилое помещение №9) – Специализированная мебель: Учебный стол-17шт, скамья-17шт., стол письменный-1шт. стул-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- **Помещение для проведения практических занятий - Зал ЛФК аудитория №303** (3 этаж, нежилое помещение №12) – Оборудование: Игровой контролер "Стабилотренажер ST-150" ПО-1шт., устройство для диагностики состояния опорно-двигательного аппарата "GREENFOOT"-1шт., гимнастическая стенка-1шт., гимнастическая скамейка - 1шт.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра биомеханики

Рабочая программа дисциплины

СПОРТИВНАЯ МЕТРОЛОГИЯ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Контроль и анализ	ОПК-12. Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки
Научные исследования	ОПК-15. Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-12	ОПК-12.1. Знает: - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.	Знает: - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся
	ОПК-12.2. Умеет: - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.	Умеет: - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся
	ОПК-12.3. Владеет:	Владеет:

	- методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.	- методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
ОПК-15	ОПК-15.1. Знает: - основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования	Знает: - основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования
	ОПК-15.2. Умеет: - разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования	Умеет: - разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования
	ОПК-15.3. Владеет: - методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования	Владеет: - методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	42			42					
В том числе:									
Занятия лекционного типа	10			10					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	26			26					
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6			6					
Самостоятельная работа студента	66			66					
Общая трудоемкость	часы	108		108					
	зачетные единицы	3		3					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание темы	Результаты обучения
1.	Основные элементы теорий измерений, тестов, оценок и квалиметрии.	1.1 Спортивная метрология как учебная и научная дисциплина, цели и задачи курса. 1.2. Составные части предмета спортивная метрология. 1.3. Тестирование физических способностей. Оценка личного физического состояния.	Знать: - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся; - основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования.
2.	Инструментальные методы исследования. Особенности оценки двигательных действий с использованием светорегистрирующих систем.	2.1. Количественные и качественные методы оценок. Два вида инструментальных методов исследования. Особенности оценки двигательных действий с использованием светорегистрирующих систем. 2.2. Бесконтактные методы исследования. 2.3. Метрологические основы судейства в спорте. Определение времени финиширования.	Уметь: - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся; - разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования. Владеть:

		2.4. Изучение кинематических характеристик движения по промеру.	- методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся; - методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
3	Методы и методики измерения физических способностей с использованием датчиков	3.1. Элементы контрольно-измерительных систем. Методы оценки физического состояния и двигательных действий с использованием датчиков. 3.2. Физические способности. Способы их оценки и измерения.	

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция 1. Спортивная метрология как учебная и научная дисциплина. Цели и задачи курса. Цели и задачи курса «Спортивная метрология». Роль, значение и место спортивной метрологии как учебной и научной дисциплины. Предмет, метод и структура спортивной метрологии.	2
	Лекция 2. Составные части предмета спортивная метрология. Элементы теории измерений: шкалы, единицы, погрешности. Тесты, их разновидности, применение в спортивной практике. Оценка соревновательного и квалификационного результата. Квалиметрия: основные положения.	2
2	Лекция 3. Количественные и качественные методы оценок. Два вида инструментальных методов исследования. Особенности оценки двигательных действий с использованием светорегистрирующих систем. Контактные и бесконтактные методы оценки двигательных действий: достоинства и недостатки, область применения, способы реализации. Задачи бесконтактных методов: протоколирование, метрологическая регистрация. Зрительный образ, статистический и динамический. Острота зрения. Разновидности светочувствительных систем (материалов): с фиксацией и без фиксации изображения. Закономерности создания оптического изображения и особенности спортивной съемки.	2

3	Лекция 4. Элементы контрольно-измерительных систем. Методы оценки физического состояния и двигательных действий с использованием датчиков. Виды измерительных систем и их особенности. Общая схема измерительной системы. Требования, предъявляемые к элементам схемы.	2
	Лекция 5. Физические способности. Способы их оценки и измерения. Спортивное мастерство и физические способности. Структура физических способностей. Способы измерения и оценки быстроты и силовых качеств.	2

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ (26 ЧАСОВ)

№ темы	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Практ. занятие 1. Тестирование физических способностей. Оценка личного физического состояния. (Контрольное задание «Оценка личного физического состояния») Тесты, нормы и шкалы оценок для определения состояния и результатов спортивной деятельности. Батарея тестов. Измерение личных физиологических параметров и физических способностей. Оценивание результатов тестирования в баллах и представление их в графической форме. Обсуждение результатов в интерактивном режиме.	2
2	Практ. занятие 2. Бесконтактные методы исследования. «Регистрирующие системы. Статический и динамический зрительный образы. Специальные виды съемки». Оптическое изображение и зрительный образ: способы получения и возможные технические решения. Проблема съемки быстрых спортивных движений и особенности конструкции аппаратуры. Покадровая, прерывистая передача «движения», серийная съемка и полноценность информации. Возможности компьютерной обработки видеоизображений. Специальные виды съемки: стробоскопическая и циклографическая.	2
	Практ. занятие 3. Метрологические основы судейства. Определение времени финиширования. (Практическая работа «Фотофиниш») Оценивание спортивного результата, подбор экспертов, использование инструментальных методов измерения в судействе соревнований. Определение времени по фотофинишу. Обсуждение результатов в интерактивном режиме. ТК №1. Проверка правильности и самостоятельности определения времени финиширования по фактическим материалам. Опрос по способам тестового контроля. Проверка и собеседование по материалам контрольного задания «Оценка личного физического состояния».	2
	Практ. занятие 4. Изучение кинематических характеристик движения по промеру (Практическая работа «Промер») Способ выполнения промера. Расчет кинематических характеристик движения для дальнейшего биомеханического анализа движений. Определение координат характерной точки. Расчет скоростей и ускорений. Построение графиков. Обсуждение результатов в интерактивном режиме.	2
	Практ. занятие 5. ТК №2. Проверка и опрос по способам определения кинематических характеристик движения по промеру спортивного движения. РК №1. Контроль знаний в не тестовой форме по пройденным темам.	2

3	Практ. занятие 6. Физические способности. Способы их оценки и измерения (часть 1). (Практическая работа «Оценка качества быстроты»). Определение временных параметров ходьбы и бега. Ритм и темп движений. Принцип действия и особенности замыкающих датчиков. Линии связи.	2
	Практ. занятие 7. Физические способности. Способы их оценки и измерения (часть 2). (Практическая работа «Оценка скоростно-силовых способностей»).	2
	Практ. занятие 8. Физические способности. Способы их оценки и измерения. ТК №3. Проверка и опрос по практической работам «Оценка качества быстроты» и «Оценка скоростно-силовых способностей».	2
	Практ. занятие 9. Физические способности. Способы их оценки и измерения (часть 3). (Практическая работа «Оценка силовых качеств»).	2
	Способы измерения силы. Электронные силоизмерительные системы. Определение величины тяговых усилий. Расчет градиента силы. Обсуждение результатов в интерактивном режиме.	
	Практ. занятие 10. Физические способности. Способы их оценки и измерения (часть 4). (Практическая работа «Измерение линейных ускорений»).	2
	Прямой и расчетный метод измерения ускорений. Датчики-акселерометры. Анализ акселерограмм. Фазы разгона и торможения. Обсуждение результатов в интерактивном режиме.	
Практ. занятие 11. ТК №4. Проверка и опрос по практическим работам «Оценка силовых качеств» и «Измерение линейных ускорений»	2	
Практ. занятие 12. Физические способности. Способы их оценки и измерения (часть 5). (Практическая работа «Оценка гибкости»).	2	
Прямой и косвенный способы измерения углов. Угломерный датчик, конструкция и принцип действия. Анализ гониограмм. Расчет угловой скорости. Физические способности. Способы их оценки и измерения (часть 6). (Практическая работа «Оценка координационных способностей»).		
Определение координационных способностей тестом на устойчивость и оценка тонких координационных механизмов. Стабилометрия и треморометрия. Тренажерно-анализаторная система «ТАРИУС». Обсуждение результатов в интерактивном режиме.		
Практ. занятие 13. Физические способности. Способы их оценки и измерения. ТК №5. Проверка правильности выполнения практической работы «Оценка качества гибкости». Опрос по способам определения рассматриваемых характеристик. Контроль знаний по вопросу «координационные способности».	2	

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Спортивная метрология : учебник для вузов / В. В. Афанасьев, И. А. Осетров, А. В. Муравьев, П. В. Михайлов ; ответственный редактор В. В. Афанасьев. — 2-е

- изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 209 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07484-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513404>
2. Биленко, А.Г. Инструментальные методы контроля физической подготовленности спортсменов : учебное пособие / А.Г. Биленко, Л.П. Говорков, Л.Л. Ципин; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. — 151 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
 3. Кошкарёв, Л.Т. Спортивная метрология. Основы статистики, измерений, комплексного контроля в тренировочном процессе спортсменов [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.Т. Кошкарёв. - Великие Луки : [б. и.], 2014. — 207 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 4. Мониторинг с элементами спортивной метрологии при занятиях физической культурой и спортом : учебное пособие / Л.И. Вериго, А.М. Вышедко, Е.Н. Данилова, Н.Н. Демидко ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. - Красноярск : СФУ, 2016. - 224 с. : ил. - Библиогр.: с. 172-174. - ISBN 978-5-7638-3560-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497355>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Биленко, А.Г. Основы измерений в биомеханике физических упражнений. Теоретический курс [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.Г. Биленко, Л.П. Говорков. - СПб. : [б. и.], 2011. — 131 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Биленко А.Г. Основы спортивной метрологии [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.Г. Биленко, Л.П. Говорков. - СПб. : [б. и.], 2005. — 138 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Биленко, А.Г. Практический курс измерений в биомеханике для студентов заочной формы обучения [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.Г. Биленко, Л.П. Говорков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2013. — 100 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Биленко, А.Г. Измерения в биомеханике физических упражнений. Практический курс [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.Г. Биленко, Л.П. Говорков, Л.Л. Ципин. - СПб. : [б. и.], 2010. — 165 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Коренберг, В.Б. Спортивная метрология : учебник / В.Б. Коренберг. - Москва : Физкультура и спорт, 2008. - 358 с.
6. Начинская, С.В. Спортивная метрология [Текст] : учебник для студентов учреждений высш. проф. образования / С.В. Начинская. - 3-е изд., испр. - М. : Академия, 2011. - 239 с. : ил.
7. Попков, В.Н. Спортивная метрология : курс лекций / В.Н. Попков ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2004. - 183 с. : ил., табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274886>
8. Темерева, В.Е. Измерения и контроль в спортивной метрологии [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В.Е. Темерева, Г.Е. Шульгин. - Малаховка : [б. и.], 2017. — 97 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Ципин, Л.Л. Введение в спортивную метрологию (виды измерений, тесты, средства биомеханического контроля) [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л.Л. Ципин. - СПб. : [б. и.], 2013. — 50 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

10. Ципин, Л.Л. Метрологическое обеспечение педагогического и биомеханического контроля в спорте [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Л.Л. Ципин. - СПб., 2008. – 45 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link%20isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- ✓ Специализированная измерительная лаборатория.
- ✓ Комплектом презентационного оборудования (компьютер, проектор, экран, звуковое обеспечение).
- ✓ Иллюстративный материал должен включать:
 - хронограммы бега и ходьбы;
 - динамограммы тяговых усилий;
 - промеры различных двигательных действий;
 - акселерограммы двигательных действий теннисиста;
 - гониограммы различных по угловой скорости движений;
 - фотофиниш соревнований по велоспорту.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра профилактической медицины и основ здоровья

Рабочая программа дисциплины

СПОРТИВНАЯ НУТРИЦИОЛОГИЯ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
Профессиональные компетенции	
Организационно-методический	ПК-2. Способен обеспечивать решение задач профессиональной деятельности в соответствии с особенностями медико-биологического и психологического обеспечения занятий физической культурой и спортом

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-13	ОПК-13.1. Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга	Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга
	ОПК-13.2. Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у	Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у

	лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.	лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.
	ОПК-13.3. Владеет: - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	Владеет: - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
ПК-2	ПК-2.1. Знает: - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; ПК-2.2. Знает: - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.	Знает: - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения.
	ПК-2.3. Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; ПК-2.4. Умеет: - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.	Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.

	<p>ПК-2.5. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
--	--	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	34								34	
В том числе:										
Занятия лекционного типа	8								8	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	26								26	
Промежуточная аттестация (зачет)	6								6	
Самостоятельная работа студента	68								68	
Общая трудоемкость	часы								108	
	зачетные единицы								3	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Роль нутриентов в системе нутриционной поддержке спортсмена	Особенности применения протеинов, жиров, углеводов, витаминов и минеральных веществ при физической нагрузке	Знает: - содержание и формы медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - содержание и формы медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.
2.	Нутритивно-метаболическая поддержка спортсменов в тренировочном и соревновательном периодах	Оценка нутритивного статуса спортсмена. Особенности построения пищевого рациона спортсменов различных специализаций, с учетом функционального состояния. Принцип	Умеет: - разрабатывать рекомендации для медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; - применять методики медико-

		применения нутрициологических средств при физических нагрузках на всех этапах подготовки спортсменов.	биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга.
3.	Нутритивно-метаболическая поддержка спортсменов при функциональных нарушениях систем организма и в период реконвалесценции после заболеваний	Особенности построения пищевого рациона спортсменов при функциональных нарушениях различных систем организма (пищеварительной системы, органов дыхания и в восстановительном периоде после ОРВИ	Владеет (имеет опыт): - методикой коррекции медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция № 1.Ведение в спортивную нутрициологию. Нутритивный статус спортсмена Роль спортивной нутрициологии в медико-биологическом сопровождении. Основные термины, понятия, символы, принятые в нутрициологии. Оценка нутритивного статуса спортсмена. Оценка базовой диеты. Энергетическая и нутритивная недостаточность. Специальные диеты в спорте. Оценка «пищевого поведения» спортсмена	2
2.	Лекция № 2. Роль протеинов в системе нутриционной поддержке спортсмена. Использование протеинов и их производных в спорте Общие положения по применению протеинов при физической нагрузке. Сравнительная характеристика основных типов протеинов. Эффективность применения протеинов в разных видах спорта. Влияние протеинов и аминокислот на иммунитет при физических нагрузках. Белки животного происхождения (молоко, коллаген и другие животные белки) Белки растительного происхождения (соевые, гороховые и другие растительные белки).Влияние протеинов и аминокислот на иммунитет при физических нагрузках. Эффективность пищевых добавок на основе протеинов при физических нагрузках. Гидролизаты протеинов, антиоксидантные и нейротропные свойства коротких пептидов. Место короткоцепочных пептидов в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсмена. Отдельные аминокислоты и их кетоаналоги	2
3.	Лекция № 3. Роль жиров и жирных кислот в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсменов. Роль углеводов в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсменов Рекомендации по количественному потреблению жиров в составе рациона представителей разных видов спорта. Жирные кислоты как компоненты пищи и фармаконутриенты в спорте и спортивной медицине. Комбинированные составы с включением липидов и жирных кислот. Классификация пищевых углеводов. Рекомендации по потреблению углеводов в процессе тренировочной деятельности и соревнований. Новые перспективные углеводы для применения в практике подготовки спортсмена	2

4.	<p>Лекция № 4. Роль микронутриентов в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсменов. Роль фармаконутриентов в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсменов</p> <p>Недостаточность и дефицит витаминов Д и К у спортсменов. Дефицит других витаминов и минералов. Роль пищевых добавок витаминов и минералов в улучшении физической подготовленности спортсменов. Креатин. Нейропротекторы и церебропротекторы. Протеолитические ферменты. АТФ. Антиоксиданты. Средства поддержания функции связочно-суставного аппарата.</p>	2
----	--	---

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<p>Семинар 1. Основные цели и задачи спортивной нутрициологии</p> <p>Роль спортивной нутрициологии в медико-биологическом сопровождении. Основные термины, понятия, символы, принятые в нутрициологии</p>	2
2.	<p>Семинар 2-3. Использование протеинов и их производных в спорте</p> <p>Белки животного происхождения (молоко, коллаген и другие животные белки). Белки растительного происхождения (соевые, гороховые и другие растительные белки). Влияние протеинов и аминокислот на иммунитет при физических нагрузках. Эффективность пищевых добавок на основе протеинов при физических нагрузках. Гидролизаты протеинов, антиоксидантные и нейротропные свойства коротких пептидов. Место короткоцепочных пептидов в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсмена. Отдельные аминокислоты и их кетоаналоги</p>	4
4	<p>Семинар 4. Роль жиров и жирных кислот в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсменов</p> <p>Рекомендации по количественному потреблению жиров в составе рациона представителей разных видов спорта. Жирные кислоты как компоненты пищи и фармаконутриенты в спорте и спортивной медицине. Комбинированные составы с включением липидов и жирных кислот</p>	2
5.	<p>Семинар 5. Роль углеводов в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсменов</p> <p>Классификация пищевых углеводов. Рекомендации по потреблению углеводов в процессе тренировочной деятельности и соревнований. Новые перспективные углеводы для применения в практике подготовки спортсмена</p>	2
6	<p>Семинар 6. Роль микронутриентов в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсменов. Роль фармаконутриентов в нутритивно-метаболической поддержке подготовки спортсменов</p> <p>Недостаточность и дефицит витаминов Д и К у спортсменов. Дефицит других витаминов и минералов. Роль пищевых добавок витаминов и минералов в улучшении физической подготовленности спортсменов. Креатин. Нейропротекторы и церебропротекторы. Протеолитические ферменты. АТФ. Антиоксиданты. Средства поддержания функции связочно-суставного аппарата.</p>	2
7.	<p>Семинар 7. Микробиом кишечника спортсмена</p> <p>Микробиом спортсмена. Взаимодействие микробиома кишечника с нутриентами в составе диеты. Оптимизация состава микробиома кишечника как стратегия повышения физической формы и общего здоровья спортсмена пре-, про- и синбиотиками. Пробиотики и пребиотики. Практические рекомендации по использованию про- и пребиотиков в спорте. Готовые формы пищевых продуктов, БАД и лекарственных препаратов, содержащих пробиотики</p>	2

8.	Семинар 8. Водно-электролитный баланс и его регуляция при физических нагрузках Оценка гидратированности организма. Рекомендации по поддержке гидратированности организма. Спортивные напитки.	2
9.	Семинар 9. Нутритивный статус спортсмена. Методы определения нутритивного статуса. Критерии оценки. Оценка «пищевого поведения» спортсмена.	2
10.	Семинар 10. Специальные диеты в спорте Специальные диеты в спорте. Предельные значения макронутриентов при диете LED, VLED, LFD, VLFD, LCD, KD, HPD. Возможные осложнения использования специальных диет. Нутриционные средства профилактики развития возможных осложнений при применении специальных диет.	2
11.	Семинар 11. Индивидуальные диеты в спорте Основные принципы диетотерапии при гастрите, дискинезии желчного пузыря, пищевой аллергии, остеопорозе и остеопении, частых ОРВИ. Общие нутриционные средства при различных заболеваниях.	2
12.	Семинар 12. Особенности построения пищевого рациона спортсменов различных специализаций.	2
13.	Семинар 13. Итоговое тестирование.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Дмитриев, А. В. Спортивная нутрициология : учебник / А. В. Дмитриев, Л. М. Гунина. — 2-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2022. — 640 с. — ISBN 978-5-907225-91-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/209552>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Полиевский, С. А. Питание спортсменов. Безопасность пищевых продуктов : учебное пособие для вузов / С. А. Полиевский, Г. А. Ямалетдинова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 122 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12804-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518638>
3. Цаллагова, Р.Б. Нутрициология. Нутриентный состав пищевых продуктов : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 120 с. : табл. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Восстановительные средства в физической культуре и спорте / авт.-сост. Н. В. Минникаева, Р. С. Жуков, С. В. Шабашева ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2018. – 147 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574271>
2. Гунина, Л. М. Спортивная нутрициология : монография / Л. М. Гунина, А. В. Дмитриев ; художник А. Ю. Литвиненко. — Москва : Спорт-Человек, 2020. — 640 с. — ISBN 978-5-907225-19-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165118>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Кулиненков, О.С. Диета в практике спорта : книга о вкусной и полезной пище спортсмена / О.С. Кулиненков, А.Н. Борисов, Л.С. Юрина. - Москва : Спорт, 2021. - 363 с.

4. Кузнецова, И. А. Гигиеническая оценка питания при занятиях физической культурой и спортом : практикум / И. А. Кузнецова, В. В. Кальсина. – 2-е изд. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 108 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607562>
5. Назаренко, А. С. Основы спортивной нутрициологии : учебное пособие / А. С. Назаренко, Н. Ш. Хаснутдинов. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2020. — 236 с. — ISBN 978-5-6044131-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154967>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
6. Полиевский, С.А. Питание спортсменов. Безопасность пищевых продуктов : учебное пособие. - Москва : Юрайт, 2021. - 121, [1] с. : ил.
7. Полиевский, С.А. Спортивная диетология : учебник. - Москва : Академия, 2015. - 201, [1] с.
8. Соколов, В. Г. Основы питания спортсмена : учебное пособие / В. Г. Соколов, Д. Н. Давиденко, А. А. Кашицына ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2017. – 99 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=477282>
9. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена питания : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. – 109 с. : табл. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Мультимедийные презентации по темам курса.

Экран, мультимедийный проектор, компьютер.

Учебные аудитории для проведения учебных занятий.

Сантиметровые ленты.

Весы для измерения массы тела с расчетом жирового компонента.

Тестовые задания по темам курса. Таблицы химического состава продуктов питания, информационные табличные материалы по всем разделам изучаемой дисциплины.

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены мультимедийным оборудованием.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра физиологии

Рабочая программа дисциплины

СПОРТИВНАЯ ФИЗИОЛОГИЯ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Контроль и анализ	ОПК-12. Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1.	ОПК-1.1. Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-	. Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии

	<p>образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования</p> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <p>- определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</p> <p>ОПК-1.3. Владеет навыками:</p> <p>- разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>	<p>разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования</p> <p>Умеет:</p> <p>- определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</p> <p>Владеет навыками:</p> <p>- разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>
ОПК-12	<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <p>- методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p>	<p>Знает:</p> <p>- методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p>

	<p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>ОПК-12.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
--	---	---

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	108					42			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	26					26			
Промежуточная аттестация (экзамен)	18					18			
Самостоятельная работа студента	48					48			
Общая трудоемкость	часы	108				108			
	зачетные единицы	3				3			

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	<p>Введение в физиологию спорта. Функциональные резервы спортсмена. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений.</p>	<p>Предмет, методы и история физиологии спорта, место физиологии в системе наук о спорте. Понятие о функциональных резервах организма и их классификация. Количественная оценка функциональных резервов и их мобилизация. Увеличение диапазона функциональных резервов с повышением специальной работоспособности спортсменов. Различные критерии классификации. Физиологическая классификация физических упражнений по В.С. Фарфелю. Физиологическая характеристика спортивных поз и статической работы. Натуживание. Физиологическая характеристика стандартных (стереотипных) циклических и ациклических упражнений. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
2.	<p>Физиологическая характеристика при физических и рабочих состояний организма при физических нагрузках. Физиологические</p>	<p>Физиологические механизмы и разновидности предстартовых состояний. Физиологическая характеристика разминки и вработывания. Физиологическая характеристика устойчивого состояния при циклических упражнениях. Состояние</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной

	<p>механизмы утомления в спорте. Физиологические основы восстановления в спорте.</p>	<p>оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и статических упражнениях. Стадии развития утомления при физической работе. Определение и физические механизмы утомления. Факторы утомления при различной работе. Восстановление различных функций во время и после работы. Основные закономерности восстановления. Фазы восстановления и их значение в спортивной тренировке. Особенности восстановления после различных спортивных нагрузок. Средства повышения эффективности восстановления.</p>	<p>подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
3	<p>Общая характеристика физиологических сдвигов в организме при мышечной деятельности. Физиологические показатели тренированности</p>	<p>Изменения деятельности различных систем организма при мышечной деятельности. Основные закономерности физиологических сдвигов при мышечной работе постоянной мощности. Физиологические сдвиги при мышечной работе переменной мощности. Прикладное значение показателей физиологических сдвигов для оценки работоспособности спортсменов. Общая физиологическая характеристика тренированности и перетренированности. Тестирование функциональной подготовленности в покое и при стандартных и предельных нагрузках, оценка аэробных и анаэробных возможностей. Влияние гипокинезии, гиподинамии и других факторов жизни современного человека. Значение физических</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического

		упражнений для повышения неспецифической устойчивости организма и оздоровление населения. Значение массовых форм физической культуры (туризма, утренней гимнастики и профессионально-прикладной физической подготовки и др.) для повышения работоспособности и повышения труда.	развития спортсменов и обучающихся. Владеет: - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
4	<p>Физиологические механизмы развития двигательных навыков и физических качеств.</p> <p>Физиологические механизмы развития мышечной силы и быстроты.</p> <p>Возрастные особенности управления движениями.</p> <p>Физиологические механизмы развития выносливости, ловкости и гибкости.</p> <p>Особенности возрастного развития физических качеств.</p>	<p>Двигательные умения и навыки, методы их исследования. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков: функциональная система (афферентный синтез, программирование), доминанта, двигательный динамический стереотип. Стадии (фазы) формирования двигательных навыков: наглядно-образная модель, генерализация, (иррадиация), концентрация, стабилизация, автоматизация движений. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (обратные связи, дополнительная информация). Формы проявления мышечной силы: абсолютная и относительная мышечная сила, статическая (изометрическая) и динамическая сила. Максимальная и минимальная произвольная сила. Физиологические механизмы развития силы. Значение состава (композиции) мышечных волокон, активации и синхронизации двигательных единиц, межмышечной координации, психофизиологических механизмов. Виды гипертрофии мышц. Скоростно-силовые возможности организма (взрывная сила). Физиологические основы тренировки силовых и скоростно-силовых качеств. Функциональные резервы мышечной силы. Формы проявления, физиологические</p>	<p>Знает:</p> <p>- методика контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p> <p>Умеет:</p> <p>- подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p> <p>Владеет:</p> <p>- методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p>

		<p>механизмы и резервы развития быстроты. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений. Формы проявления выносливости: общая и специальная (статическая, силовая, скоростная, к длительной динамической работе и др.). Физиологические механизмы развития выносливости. Понятие об аэробной и анаэробной ёмкости, пороге анаэробного обмена (ПАНО). Функциональные резервы выносливости. Понятие о ловкости. Способность к координации движений по силовым, временным и пространственным характеристикам, к переключениям и созданию новых форм движений. Значение экстраполяции.</p>	
5	<p>Физиологическая характеристика адаптации организма</p>	<p>Понятие об адаптации, виды и индивидуальные типы адаптации. Физиологические механизмы и стадии адаптации. «Цена адаптации». Физиологические особенности срочной и долговременной адаптации к физическим нагрузкам. Функциональная система адаптации.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной

			подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
6	<p>Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды. Физиологические основы спортивной тренировки женщин</p>	<p>Влияние пониженного атмосферного давления в горах на спортивную работоспособность. Влияние повышенного давления и других факторов водной среды на спортивную работоспособность. Спортивная работоспособность в условиях повышенной температуры и влажности окружающей среды. Влияние биологических ритмов на работоспособность спортсменов. Морфо-функциональные особенности женского организма. Изменения функциональных возможностей женского организма при регулярных занятиях физическими упражнениями. Функциональные особенности женского организма, повышающие или лимитирующие спортивную работоспособность. Физиологические основы индивидуализации тренировочного процесса с учетом фаз специфического биологического цикла (ОМЦ).</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
7	<p>Физиолого-генетические особенности спортивного отбора</p>	<p>Основные генетические понятия закономерности наследования морфофункциональных признаков организма человека. Физиолого-генетические подход к вопросам спортивного отбора и прогнозирования в спорте</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.

		<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<p>Лекция № 1. Предмет, методы и история физиологии спорта, место физиологии в системе наук о спорте. Понятие о функциональных резервах организма и их классификация. Количественная оценка функциональных резервов и их мобилизация. Увеличение диапазона функциональных резервов с повышением специальной работоспособности спортсменов. Различные критерии классификации. Физиологическая классификация физических упражнений по В.С. Фарфелю. Физиологическая характеристика спортивных поз и статической работы. Натуживание. Физиологическая характеристика стандартных (стереотипных) циклических и ациклических упражнений. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений</p>	2
2.	<p>Лекция №2 Физиологические механизмы и разновидности предстартовых состояний. Физиологическая характеристика разминки и вработывания. Физиологическая характеристика устойчивого состояния при циклических упражнениях. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и статических упражнениях</p>	2
3	<p>Лекция №3 Стадии развития утомления при физической работе. Определение и физические механизмы утомления. Факторы утомления при различной работе. Восстановление различных функций во время и после работы. Основные закономерности</p>	2

	восстановления. Фазы восстановления и их значение в спортивной тренировке. Особенности восстановления после различных спортивных нагрузок. Средства повышения эффективности восстановления.	
4.	Лекция №4 Двигательные умения и навыки, методы их исследования. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков: функциональная система (афферентный синтез, программирование), доминанта, двигательный динамический стереотип. Стадии (фазы) формирования двигательных навыков: наглядно-образная модель, генерализация, (иррадиация), концентрация, стабилизация, автоматизация движений. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (обратные связи, дополнительная информация). Формы проявления мышечной силы: абсолютная и относительная мышечная сила, статическая (изометрическая) и динамическая сила. Максимальная и минимальная произвольная сила. Физиологические механизмы развития силы. Значение состава (композиции) мышечных волокон, активации и синхронизации двигательных единиц, межмышечной координации, психофизиологических механизмов. Виды гипертрофии мышц. Скоростно-силовые возможности организма (взрывная сила). Физиологические основы тренировки силовых и скоростно-силовых качеств. Функциональные резервы мышечной силы.	2
5.	Лекция №5 Формы проявления, физиологические механизмы и резервы развития быстроты. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений. Формы проявления выносливости: общая и специальная (статическая, силовая, скоростная, к длительной динамической работе и др.). Физиологические механизмы развития выносливости. Понятие об аэробной и анаэробной ёмкости, пороге анаэробного обмена (ПАНО). Функциональные резервы выносливости. Понятие о ловкости. Способность к координации движений по силовым, временным и пространственным характеристикам, к переключениям и созданию новых форм движений. Значение экстраполяции.	2
6.	Лекция №6 Физиологическая характеристика адаптации организма. Понятие об адаптации, виды и индивидуальные типы адаптации. Физиологические механизмы и стадии адаптации. «Цена адаптации». Физиологические особенности срочной и долговременной адаптации к физическим нагрузкам. Функциональная система адаптации.	2
7.	Лекция №7 Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды. Влияние пониженного атмосферного давления в горах на спортивную работоспособность. Влияние повышенного давления и других факторов водной среды на спортивную работоспособность. Спортивная работоспособность в условиях повышенной температуры и влажности окружающей среды. Влияние биологических ритмов на работоспособность спортсменов	2
8.	Лекция №8 Морфо-функциональные особенности женского организма. Изменения функциональных возможностей женского	2

	организма при регулярных занятиях физическими упражнениями. Функциональные особенности женского организма, повышающие или лимитирующие спортивную работоспособность. Физиологические основы индивидуализации тренировочного процесса с учетом фаз специфического биологического цикла (ОМЦ).	
--	--	--

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Практические занятия-1-ТК-1 - Общая характеристика физиологических классификаций физических упражнений. Физиологическая сущность циклических упражнений. Физиологическая характеристика физических упражнений различной мощности. Основные функциональные особенности стереотипных ациклических упражнений. Физиологическая характеристика прицельных упражнений. Физиологические особенности упражнений, оцениваемых по качеству выполнения в баллах. Основные физиологические черты ситуационных упражнений. (Устный опрос)	2
2	Практическое занятие -2 - Физиологическая характеристика статических усилий. Физиологическая характеристика работы умеренной мощности Исследование динамики частоты сердечных сокращений. Исследование минутного объема и частоты дыхания. Исследование артериального давления. Исследование времени простой двигательной реакции.	
3	Практическое занятие - 3 - Физиологическая характеристика работы максимальной и субмаксимальной мощности Исследование динамики частоты сердечных сокращений. Исследование минутного объема и частоты дыхания. Исследование артериального давления.	2
4	Практическое занятие-4- – Физиологическая характеристика динамической работы умеренной мощности. Исследование динамики частоты сердечных сокращений. Исследование минутного объема и частоты дыхания. Исследование артериального давления. Исследование времени простой двигательной реакции.	
5	Практическое занятие -5- Физиологическая характеристика работы переменной мощности Степень корреляции показателей сердечно-сосудистой системы и мощности выполняемой динамической работы. Степень корреляции показателей системы дыхания и мощности выполняемой работы.	2
6	Практическое занятие-6 - РК-2 - (Устный опрос) Характеристика физиологических состояний при мышечной деятельности различной мощности и характера (по полученным материалам) 1. Физиологическая характеристика работы статического характера, динамического – работа максимальной, субмаксимальной и умеренной мощности. 2. Методики регистрации физиологических показателей: ЧСС , АД крови, параметров внешнего дыхания (ЛВ, ЧД, глубины дыхания), ВРД по хроноскопу, тонуса мышц, расчет КЗ, КД, энерготрат и углеводов.	2

	<p>3. При какой мощности работы происходят наибольшие изменения физиологических показателей.</p> <p>4. В каком режиме сокращений совершается работа статического, динамического характера.</p> <p>5. Объяснить феномен Лингардта – Верещагина</p> <p>6. Работа, в каких мощностях совершается в аэробном и анаэробном режимах.</p> <p>7. Физиологическая характеристика вработывания, устойчивого состояния, утомления</p>	
7	Практическое занятие -7- Определение показателей физической работоспособности по аэробным возможностям организма.	2
8	Практическое занятие -8- Определение показателей физической работоспособности по анаэробным возможностям организма.	2
9	<p>Практическое занятие 9--ТК-2 (Устный опрос) Двигательные качества умения, навыки</p> <p>Двигательные умения и навыки, методы их исследования. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков: функциональная система (афферентный синтез, программирование), доминанта, двигательный динамический стереотип. Стадии (фазы) формирования двигательных навыков: наглядно-образная модель, генерализация, (иррадиация), концентрация, стабилизация, автоматизация движений. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (обратные связи, дополнительная информация). Формы проявления мышечной силы: абсолютная и относительная мышечная сила, статическая (изометрическая) и динамическая сила. Максимальная и минимальная произвольная сила. Физиологические механизмы развития силы. Значение состава (композиции) мышечных волокон, активации и синхронизации двигательных единиц, межмышечной координации, психофизиологических механизмов. Виды гипертрофии мышц. Скоростно-силовые возможности организма (взрывная сила). Физиологические основы тренировки силовых и скоростно-силовых качеств. Функциональные резервы мышечной силы.</p>	2
10	<p>Практическое занятие 10-ТК-3- (Устный опрос)</p> <p>Физиологические механизмы адаптации организма.</p> <p>Понятие об адаптации. Виды адаптации и индивидуальные типы. Стадии адаптации. «Цена» адаптации.</p> <p>Срочная и долговременная адаптация. Функциональная система адаптации Физиологические механизмы развития силы. Значение состава (композиции) мышечных волокон, активации и синхронизации двигательных единиц, межмышечной координации, психофизиологических механизмов. Виды гипертрофии мышц. Скоростно-силовые возможности организма (взрывная сила). Физиологические основы тренировки силовых и скоростно-силовых качеств. Функциональные резервы мышечной силы. Формы проявления, физиологические механизмы и резервы развития быстроты. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений</p>	2

11	Практическое занятие 11 – ТК-4 (Устный опрос) Влияние различных факторов внешней среды на работоспособность Влияние пониженного атмосферного давления в горах на спортивную работоспособность. Влияние повышенного давления и других факторов водной среды на спортивную работоспособность. Спортивная работоспособность в условиях повышенной температуры и влажности окружающей среды. Влияние биологических ритмов на работоспособность спортсменов.	2
12	Практическое занятие 12-ТК-5- - (Устный опрос) Физиологические основы спортивной тренировки женщин Значение повышения работоспособности и укрепления здоровья женщин в современном обществе. Особенности деятельности центральной нервной системы у женщин. Особенности развития сенсорных систем (анализаторов) женского организма. Морфофункциональные особенности двигательного аппарата у женщин. Развитие и проявление физических качеств у женщин. Энерготраты женского организма в покое и при нагрузке. Аэробные и анаэробные возможности организма женщин. Функциональные особенности дыхания и кровообращения, состава крови организме женщин. Специфический биологический (овариально - менструальный) цикл женского организма (ОМЦ), его физиологические механизмы и фазы. Влияние ОМЦ на работоспособность женского организма. Построение тренировочного процесса спортсменок с учетом ОМЦ.	2
13	Практическое занятие 13-ТК-6(Устный опрос) Физиолого-генетические основы спортивного отбора и прогнозирования	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физиологические показатели тренированности спортсменов : учебное пособие / И.С. Барчуков, Г.В. Барчукова. - Москва : РУСАЙНС, 2021. - 180, [1] с.
2. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490267>
3. Корягина, Ю.В. Курс лекций по физиологии физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / Ю.В. Корягина, Ю.П. Салова, Т.П. Замчий ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 153 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336075>
4. Черапкина, Л. П. Физиология спорта (на примере хоккея) : учебное пособие / Л. П. Черапкина, В. Г. Тристан. – 2-е изд. перераб. и доп. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 156 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=607557>
5. Чинкин, А.С. Физиология спорта : учебное пособие / А.С. Чинкин, А.С. Назаренко ; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма. –

Москва : Спорт, 2016. – 120 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430410>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Бурякин, Ф.Г. Диагностика утомления и симптоматика восстановления в спорте (методологические основы) : учебник / Ф.Г. Бурякин. - Москва : РУСАЙНС, 2021. - 145 с. : ил.
2. Захарьева, Н.Н. Возрастная физиология спорта : монография / Н.Н. Захарьева; Министерство спорта Российской Федерации ; Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва. - Москва : [б. и.], 2016. - 380 с. : ил.
3. Михайлова, Е.А. Физиология спорта : учебное пособие / Е.А. Михайлова; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2015. - 117 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Руководство к практическим занятиям по физиологии : учебное пособие / сост. Ю.П. Салова, Т.П. Замчий, Г.В. Самойлова ; Министерство спорта Российской Федерации и др. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 151 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429369>
5. Методы физиологических исследований : учебное пособие / Д.С. Мельников, Ю.А. Поварещенкова, В.В. Селиверстова, Н.В. Кудрявцева. - Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. - 85 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - 9-е изд. - Москва : Спорт, 2020. - 618, [1] с. : ил.
7. Солодков, А.С. Функциональные состояния спортсменов и способы их коррекции : учебное пособие / А.С. Солодков, Ю.А. Поварещенкова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 89 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Солодков, А.С. Физиология спорта: функциональные состояния спортсменов и способы их восстановления : учебное пособие / А.С. Солодков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 94 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Физиология спорта: медико-биологические основы подготовки юных хоккеистов : учебное пособие / Л.В. Михно, А.Н. Поликарпочкин, И.В. Левшин и др. ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, г. Санкт-Петербург, Высшая школа тренеров по хоккею. – 2-е изд., испр. и доп.. – Москва : Спорт, 2016. – 168 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454240>
10. Фомина, Е.В. Физиология: избранные лекции : учебное пособие / Е.В. Фомина, А.Д. Ноздрачев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2017. – 172 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472086>
11. Фомина, Е.В. Спортивная психофизиология : учебное пособие / Е.В. Фомина ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2016. – 172 с. : ил., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472087>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>

- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Вид помещения	Наименование оборудования
1.	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа: лекционный зал	мультимедийный презентационный комплекс с доступом в Интернет.
2.	Учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Экран с мультимедийным комплексом с доступом в Интернет

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики физической культуры

Рабочая программа дисциплины

ТЕОРИЯ СПОРТА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 6 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатоμο-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Спортивный отбор	ОПК-2. Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования с применением сквозных технологий и цифровых инструментов
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-4. Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-5. Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях
Руководство соревновательной деятельностью	ОПК-8. Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности
Руководство соревновательной деятельностью	ОПК-9. Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта; - анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития; - основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания; - технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта; - анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития; - основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания; - технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
	<p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ; - планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ; - планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.
	<p>ОПК-1.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ; - технологиями планирования занятий физической культурой и спортом; - навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ; - технологиями планирования занятий физической культурой и спортом; - навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
		рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
ОПК-2	ОПК-2.1. Знает: - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	Знает: - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования
	ОПК-2.2. Умеет: - выбирать и использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	Умеет: - выбирать и использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования
	ОПК-2.3. Владеет: - технологиями проведения организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации, отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	Владеет: - технологиями проведения организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации, отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
ОПК-4	ОПК-4.1. Знает: - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	Знает: - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
	ОПК-4.2. Умеет: - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего	Умеет: - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
	ОПК-4.3. Владеет: - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	Владеет: - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
ОПК-5	ОПК-5.1. Знает: - этические, технологические, организационно и программно-методические основы педагогической деятельности в образовательных организациях, современные концепции спортивных и физкультурных мероприятий, досуговой деятельности, их основные формы и технологии.	Знает: - этические, технологические, организационно и программно-методические основы педагогической деятельности в образовательных организациях, современные концепции спортивных и физкультурных мероприятий, досуговой деятельности, их основные формы и технологии.
	ОПК-5.2. Умеет: - организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях.	Умеет: - организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях.
	ОПК-5.3. Владеет навыками: - организации и проведения подготовки, обеспечения участия спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях.	Владеет навыками: - организации и проведения подготовки, обеспечения участия спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях.
ОПК-8	ОПК-8.1. Знает: - содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.	Знает: - содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.
	ОПК-8.2. Умеет: - определять содержание информационного, технического,	Умеет: - определять содержание информационного, технического,

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.	методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.
	ОПК-8.3. Владеет: - технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.	Владеет: - технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности.
ОПК-9	ОПК-9.1. Знает: - особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы	Знает: - особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы
	ОПК-9.2. Умеет: - анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся	Умеет: - анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся
	ОПК-9.3. Владеет: - методами анализа соревновательной деятельности для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся	Владеет: - методами анализа соревновательной деятельности для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся
ОПК-13	ОПК-13.1. Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга	Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга
	ОПК-13.2. Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц,	Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	занимающихся физической культурой и спортом; - проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.	лиц, занимающихся физической культурой и спортом; - проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.
	ОПК-13.3. Владеет: - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	Владеет: - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	54						54		
В том числе:									
Занятия лекционного типа	20						20		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	44						44		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	18						18		
Самостоятельная работа студента	134						134		
Общая трудоемкость	216						216		
	6						6		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:
4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Теория спортивной тренировки	<p>виды, критерии, методики и формы организации отбора на этапах спортивной подготовки; закономерности и механизмы формирования и увеличения функциональных резервов организма при различных видах физических нагрузок; методики контроля и оценки физической, технической, тактической, интеллектуальной, психологической и интегральной подготовленности спортсменов; направления индивидуализации подготовки спортсменов; нормативные документы, регламентирующие спортивную подготовку; определение понятий «управление», «моделирование», «планирование», «контроль», «отбор», «прогнозирование» в спорте; организацию и структуру спортивной подготовки; основы методики спортивной подготовки (физической, технической, тактической, психологической, интегральной); особенности подготовки юных спортсменов, высококвалифицированных спортсменов и женщин; особенности подготовки юных спортсменов, высококвалифицированных спортсменов и женщин</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта; - анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития; - основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания; - технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ; - планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-

		<p>принципы и методы тактической и интеллектуальной подготовки спортсменов спортивной команды</p> <p>принципы, средства и методы спортивной тренировки, виды подготовки в спорте;</p> <p>различия в подготовке спортсменов различного пола, возраста и уровня подготовленности;</p> <p>систему обеспечения подготовки спортсменов;</p> <p>систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса;</p> <p>содержание и методы контроля за тренировочными нагрузками на этапах спортивной подготовки;</p> <p>содержание и методы контроля подготовленности спортсменов на этапах спортивной подготовки;</p> <p>содержание и соотношение объемов и интенсивности тренировочной нагрузки по видам подготовки в годичных и многолетних циклах тренировки;</p> <p>структуру годичного цикла, специфику построения подготовки квалифицированных спортсменов в годичных и многолетних циклах подготовки;</p> <p>этапы многолетней подготовки спортсмена, основы цикличности тренировочного процесса;</p> <p>сквозные технологии и цифровые инструменты целесообразные к применению для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>
--	--	---	--

2.	Теория спортивных состязаний	<p>спорт, его специфические характеристики, признаки, формы, виды и разновидности спорт как соревновательная деятельность, направленная на сравнение и оценку человеческих возможностей спорт как собственно-соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, специфические отношения в сфере этой деятельности (политические, экономические, социально-психологические, педагогические и др.). объект, предмет и предметная область спорта; содержание и методы контроля за тренировочными и соревновательными нагрузками на этапах спортивной подготовки; сквозные технологии и цифровые инструменты целесообразные к применению для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (согласно таблице 2.1 Индикаторы достижения компетенции и результаты обучения);</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта; - анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития; - основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания; - технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ; - планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического
----	------------------------------	---	--

			сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
3.	Теория внесоревновательной и внутренировочной деятельности	восстановление как процесс формирования готовности к дальнейшим тренировкам; режим жизни, его влияние на подготовленность и готовность, особенности в зависимости от специфики вида спорта, этапа многолетней подготовки, спортивной квалификации и других характеристик спортсмена; спортивная ориентация как процесс выбора вида спортивной деятельности в соответствии с индивидуальным профилем, ее формы и стадии; спортивный отбор как процесс сличения индивидуального профиля спортсмена с модельным профилем подготовленности спортсмена с целью определения траектории его дальнейшей подготовки; воспитание как процесс формирования личностных, нравственных и моральных качеств личности спортсмена, внутренировочные и внесоревновательные формы воспитания и самовоспитания спортсмена; самостоятельная работа спортсмена как процесс становления его интеллектуальной подготовленности, изучение специальной литературы, ремонт и конструирование снаряжения, самоанализ тренировочного процесса; обеспечение подготовки спортсмена как процесс информационного,	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта; - анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития; - основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания; - технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. Умеет: - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ; - планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. Владеет: - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные

		материально-технического, медицинского, научного и организационного сопровождения; сквозные технологии и цифровые инструменты целесообразные к применению для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (согласно таблице 2.1 Индикаторы достижения компетенции и результаты обучения);	средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
--	--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Лекция № 1. Теория и методика спорта как наука и учебная дисциплина Место спорта в структуре физической культуры. Теория спорта как наука, ее методологическое, познавательное и практическое значение. Структура теории спорта, ее место в системе знаний о спорте и связь с другими науками. Теория и методика спорта как учебная дисциплина, ее назначение, основные разделы, содержание, роль в системе высшего образования и связь с практикой спорта	1
2	Лекция № 1. Основные понятия теории и методики спорта Спорт, его специфические характеристики, признаки, формы, виды и разновидности Спорт как соревновательная деятельность, направленная на сравнение и оценку человеческих возможностей Спорт как собственно-соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, специфические отношения в сфере этой деятельности (политические, экономические, социально-психологические, педагогические и др.). Объект, предмет и предметная область спорта Подготовка спортсмена, подготовленность, готовность, тренировка, тренированность, виды подготовленности и тренированности, их соотношение Средства подготовки спортсмена: собственно-тренировочные, медико-биологические, психологические, естественно-средовые, материально-технические	1
3	Лекция № 2. Подготовка спортсмена как многосторонний процесс становления интегральной подготовленности спортсмена Классификация сторон (компонентов) подготовки спортсмена Содержание тренировки как процесса формирования всех сторон подготовленности	1

№ темы	Содержание лекций	Проект Кол-во часов
	<p>Соревнования – как процесс становления интегральной подготовленности</p> <p>Восстановление как процесс формирования готовности к дальнейшим тренировкам</p> <p>Режим жизни, его влияние на подготовленность и готовность, особенности в зависимости от специфики вида спорта, этапа многолетней подготовки, спортивной квалификации и других характеристик спортсмена</p> <p>Спортивная ориентация как процесс выбора вида спортивной деятельности в соответствии с индивидуальным профилем, ее формы и стадии</p> <p>Спортивный отбор как процесс сличения индивидуального профиля спортсмена с модельным профилем подготовленности спортсмена с целью определения траектории его дальнейшей подготовки</p> <p>Воспитание как процесс формирования личностных, нравственных и моральных качеств личности спортсмена, внутренировочные и внесоревновательные формы воспитания и самовоспитания спортсмена</p> <p>Самостоятельная работа спортсмена как процесс становления его интеллектуальной подготовленности, изучение специальной литературы, ремонт и конструирование снаряжения, самоанализ тренировочного процесса</p> <p>Обеспечение подготовки спортсмена как процесс информационного, материально-технического, медицинского, научного и организационного сопровождения</p> <p>Подготовка спортсмена как многолетний процесс, классификация ее этапов в теории спорта и в нормативных документах, регламентирующих практику спортивной подготовки в Российской Федерации</p> <p>Классификации видов подготовки по преимущественному влиянию на компоненты готовности спортсмена - техническая, физическая, тактическая, психологическая, интеллектуальная подготовка; формы подготовки по характеру взаимосвязи со спецификой вида спорта - общая, вспомогательная, специальная подготовка; методологические подходы к подготовке по степени соединения, сочетания и реализации сторон подготовленности в условиях тренировочной и соревновательной деятельности - аналитическая и интегральная подготовка</p>	
4	<p>Лекция № 2 Средства подготовки спортсмена</p> <p>Классификация средств подготовки спортсмена</p> <p>Особенности эффектов и степень значимости основных и дополнительных средств на разных этапах подготовки спортсмена, их отличия в зависимости от специфики вида спорта</p>	1
5	<p>Лекция № 3. Специфические принципы подготовки спортсмена</p> <p>Классификации принципов подготовки спортсмена</p> <p>Принцип направленности к высшим достижениям и углубленной специализации, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Принцип непрерывности тренировочного процесса, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Принцип единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p>	2

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Проект Кол-во часов</i>
	<p>Принцип волнообразности и вариативности нагрузок, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Принцип цикличности тренировочного процесса, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Принцип единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p>	
6	<p>Лекция № 4. Структура тренировочного процесса: макро-, мезо- и микроуровень</p> <p>Макроцикл: определение понятия, типы, периоды, этапы, главные задачи, факторы, определяющие структуру и продолжительность, варианты построения годичного тренировочного процесса</p> <p>Мезоцикл: определение понятия, типы, главные задачи, факторы, определяющие структуру</p> <p>Микроцикл: определение понятия, типы, главные задачи, факторы, определяющие структуру, типы отдельных тренировочных занятий</p>	1
7	<p>Лекция № 4. Планирование и контроль подготовки спортсмена</p> <p>Планирование как один из компонентов управления, позволяющий реализовывать цели и задачи подготовки</p> <p>Цель, задачи, объекты планирования, виды, документы, критерии оценки эффективности планирования</p> <p>Основные организационно-методические положения планирования: подразделение тренировочного процесса на этапы; среднее количество лет тренировки, необходимое для достижения высших спортивных результатов в том или ином виде спорта или отдельных его дисциплинах; особенности современной методики, отражающие организационно-методические аспекты подготовки спортсменов в связи с возрастом и квалификацией; особенности современной методики, отражающие организационно-методические аспекты подготовки спортсменов в связи с возрастом и квалификацией; использование дополнительных факторов повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и процесса подготовки в целом, включая врачебно-медицинское и научное обеспечение, воспитание, самообразование, улучшение условий жизни и материально-технических условий подготовки, повышение квалификации тренерских кадров и др.</p> <p>Направления интенсификации тренировочного процесса: планомерное увеличение суммарного объема тренировочной работы, выполняемой в течение отдельного тренировочного года или макроцикла; своевременная узкая спортивная специализация, находящаяся в соответствии с границами этапа максимальной реализации индивидуальных возможностей; постепенное, из года в год, увеличение общего количества тренировочных занятий в микроциклах; планомерное увеличение в микроциклах тренировочных занятий с большими нагрузками; планомерное увеличение в тренировочном процессе количества занятий избирательной направленности, вызывающих глубокую мобилизацию функциональных возможностей организма; широкое использование жестких тренировочных режимов, способствующих приросту показателей специальной выносливости, а также значительное расширение соревновательной практики на завершающих этапах спортивного совершенствования; увеличение объема технико-тактической подготовки в условиях, максимально</p>	1

№ темы	Содержание лекций	Проект Кол-во часов
	<p>приближенных к предполагаемой соревновательной деятельности; увеличение общего количества основных соревнований, отличающихся высоким психологическим накалом, жесткой конкуренцией; постепенное введение дополнительных средств, стимулирующих работоспособность, ускоряющих процессы восстановления после напряженных нагрузок, увеличивающих реакцию организма на нагрузки; планомерное увеличение психической напряженности в тренировочном процессе, создание микроклимата соревнований и жесткой конкуренции в каждом занятии</p> <p>Учёт в спортивной тренировке: цель, виды, документы</p> <p>Контроль в спортивной тренировке: основные понятия (контроль, тест, ретест, контрольное упражнение, тестирование, результат тестирования), цель, виды, требования к тестам, методы контроля, его основные формы и организация</p> <p>Управление как процесс поддержания оптимальной структуры, реализации целей и программ системы спортивной тренировки, его объект и группы операций</p>	
8	<p>Лекция № 5. Физическая подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Физическая подготовка как специализированный педагогический процесс, обеспечивающий достижение наивысшего уровня физической подготовленности, который характеризуется возможностями функциональных систем организма спортсмена и уровнем развития основных физических способностей</p> <p>Виды физической подготовки и подготовленности: общая, вспомогательная, специальная</p> <p>Физические способности, их виды; перенос физических способностей</p> <p>Основные направления физической подготовки: развитие силовых способностей, развитие скоростных способностей, развитие координационных способностей, развитие выносливости, развитие гибкости; модель физической подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта</p>	2
9	<p>Лекция № 6. Техническая подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Техническая подготовка как специализированный педагогический процесс, обеспечивающий достижение оптимальной технической подготовленности и основанный на использовании физических упражнений</p> <p>Виды технической подготовки и подготовленности: общая, вспомогательная, специальная</p> <p>Двигательные умение и навык; перенос двигательных навыков, виды и характер переноса</p> <p>Понятия «спортивная техника» и «техническая оснащенность» (подготовленность) спортсмена; результативность техники: ее эффективность, стабильность, вариативность, экономичность, минимальная тактическая информированностью для соперника</p> <p>Средства и методы технической подготовки, стадии становления технического мастерства</p> <p>Структура технической подготовленности спортсмена</p> <p>Основные направления технической подготовки: формирование базовых движений и действий, формирование дополнительных движений и действий, модель технической подготовленности; средства,</p>	2

№ темы	Содержание лекций	Проект Кол-во часов
	<p>методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта, алгоритм практического обучения, документы планирования</p> <p>Контроль технической подготовленности, его виды, формы; виды оценки: интегральная, дифференциальная, дифференциально-суммарная; объекты оценивания: объем техники, степень реализации объема техники в соревновательной обстановке, разносторонность технической подготовленности, эффективность технической подготовленности (абсолютная, сравнительная, реализационная, устойчивость к сбивающим факторам)</p>	
10	<p>Лекция № 7. Тактическая подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Стратегия как система научных знаний о закономерностях, средствах и способах деятельности для достижения отдельных целей, руководствуясь общими соображениями; стратегия подготовки спортсмена и стратегия соревновательной деятельности</p> <p>Тактика как теория и практика подготовки, организации и проведения специализированной деятельности для достижения целей в конкретных конфликтных ситуациях на основании принципов, схем и норм поведения, сформулированных исходя из определенных правил</p> <p>Особенности тактики, ее индивидуальный, групповой или командный характер, определяемый видом спорта и особенностями соревнований, классификация видов спорта в соответствии с характером тактики</p> <p>Виды тактики в зависимости от квалификации соперников, их индивидуальных особенностей: алгоритмическая; вероятностная; эвристическая; направленность действий в соревновательном поединке в зависимости от тактических задач</p> <p>Основные направления тактической подготовки: изучение сущности и основных положений спортивной тактики; овладение тактическими действиями; совершенствование тактического мышления; изучение информации, необходимой для практической реализации тактической подготовленности; практическая реализация тактической подготовленности; модель тактической подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта</p>	1
11	<p>Лекция № 7. Психологическая подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Психологическая подготовка как специализированный педагогический процесс совершенствования психических способностей и волевых качеств спортсмена, обеспечивающих достижение оптимального уровня психической подготовленности и основанный на использовании физических упражнений</p> <p>Структура психологической подготовленности: волевая и специальную психологическую подготовленность; показатели, используемые в процессе контроля</p> <p>Основные направления психологической подготовки: формирование мотивации к занятиям спортом, воспитание волевых качеств, совершенствование специализированных восприятий, совершенствование быстроты реагирования, совершенствование специализированных умений, регулирование психологической напряженности, выработка толерантности к эмоциональному стрессу, управление стартовыми состояниями; модель психологической</p>	1

№ темы	Содержание лекций	Проект Кол-во часов
	подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта	
12	<p>Лекция № 8. Интеллектуальная подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Интеллектуальная подготовка как специализированный педагогический процесс, направленный на формирование системы знаний, и системы интеллектуальных умений и навыков, ведущих к формированию убеждений и развитию познавательных способностей в процессе спортивной деятельности; интеллектуальная подготовленность; система интеллектуальных умений и навыков, их роль в подготовке спортсмена на разных этапах многолетней подготовки</p> <p>Направления интеллектуальной подготовки: интеллектуальное (теоретическое) образование; развитие интеллектуальных способностей, отвечающих специфическим требованиям избранного вида спорта; модель интеллектуальной подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта</p>	1
13	<p>Лекция № 8. Интегральная подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Интегральная подготовка как специализированный педагогический процесс, направленный на объединение, координацию и комплексную реализацию в условиях тренировочной и соревновательной деятельности различных компонентов подготовленности спортсмена – технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной, качеств и способностей, обеспечиваемых применением узконаправленных средств аналитического характера и по своей структуре не всегда в полной мере отвечающих специфическим требованиям соревновательной деятельности</p> <p>Основные направления интегральной подготовки: комплексное совершенствование всех сторон подготовленности, частные направления сопряжения отдельных сторон подготовленности; модель интегральной подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта</p>	1
14	<p>Лекция № 9. Спортивная ориентация и спортивный отбор в процессе многолетней подготовки спортсмена</p> <p>Спортивная ориентация как процесс определения перспективных направлений достижения спортсменом высшего спортивного мастерства, основанный на изучении его задатков и способностей; ее формы и стадии</p> <p>Спортивный отбор как комплекс педагогических мероприятий, форма и содержание которых вытекают из целей и задач, в связи с которыми он проводится</p> <p>Классификация видов отбора по признакам: цель отбора; условия проведения отбора; характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности; продолжительность отбора; степень ориентации на будущий вид спортивной деятельности; этап проведения; организационная структура спортивного движения, где проводится отбор</p> <p>Спортивная ориентация и спортивный отбор в процессе многолетней подготовки как сложная специфическая система</p>	1
15	Лекция № 9. Прогнозирование спортивных способностей в системе спортивной ориентации и спортивного отбора	1

		<i>Проект</i>
<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
	<p>Прогнозирование как процесс определения потенциальных возможностей индивида в будущем</p> <p>Управление процессом спортивной ориентации и спортивного отбора на каждом этапе многолетней подготовки как замкнутый цикл тесно взаимосвязанных действий по выработке, реализации и контролю</p> <p>Стадии управления: определение модельных характеристик, требований, которым должен соответствовать в будущем спортсмен (или команда) в виде спорта; выявление и оценка наиболее значимых при отборе спортивно важных качеств, способностей у индивида; прогнозирование спортивно важных качеств, свойств, признаков, обуславливающих успех в данном виде спорта (или спортивных результатов); сравнение фактических (если отбор носит кратковременный характер), прогнозируемых и моделируемых характеристик заданных), выступающих в качестве критериев отбора; принятие решения</p>	
16	<p>Лекция № 10. Спортивные достижения как специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности</p> <p>Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта</p> <p>Понятия: «спортивный результат», «спортивное достижение», «спортивный рекорд», их отличительные признаки и взаимосвязь</p> <p>Классификация спортивных достижений, их измерение и критерии оценивания</p> <p>Факторы, обуславливающие уровень спортивных достижений.</p> <p>Структура спортивных достижений</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	<p>Теория и методика спорта как наука и учебная дисциплина</p> <p>Место спорта в структуре физической культуры. Теория спорта как наука, ее методологическое, познавательное и практическое значение. Структура теории спорта, ее место в системе знаний о спорте и связь с другими науками. Теория и методика спорта как учебная дисциплина, ее назначение, основные разделы, содержание, роль в системе высшего образования и связь с практикой спорта</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление в бумажном и электронном виде (Интеллект-карта, или mind map (ментальная карта))</p>	2
2	<p>Основные понятия теории и методики спорта</p> <p>Спорт, его специфические характеристики, признаки, формы, виды и разновидности</p> <p>Спорт как соревновательная деятельность, направленная на сравнение и оценку человеческих возможностей</p> <p>Спорт как собственно-соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, специфические отношения в сфере этой деятельности (политические, экономические, социально-психологические, педагогические и др.).</p> <p>Объект, предмет и предметная область спорта</p> <p>Подготовка спортсмена, подготовленность, готовность, тренировка, тренированность, виды подготовленности и тренированности, их соотношение</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Проект Кол-во часов
	<p>Средства подготовки спортсмена: собственно-тренировочные, медико-биологические, психологические, естественно-средовые, материально-технические</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление в бумажном и электронном виде (Интеллект-карта, или mind map (ментальная карта))</p>	
3	<p>Подготовка спортсмена как многосторонний процесс становления интегральной подготовленности спортсмена</p> <p>Классификация сторон (компонентов) подготовки спортсмена</p> <p>Содержание тренировки как процесса формирования всех сторон подготовленности</p> <p>Соревнования – как процесс становления интегральной подготовленности</p> <p>Восстановление как процесс формирования готовности к дальнейшим тренировкам</p> <p>Режим жизни, его влияние на подготовленность и готовность, особенности в зависимости от специфики вида спорта, этапа многолетней подготовки, спортивной квалификации и других характеристик спортсмена</p> <p>Спортивная ориентация как процесс выбора вида спортивной деятельности в соответствии с индивидуальным профилем, ее формы и стадии</p> <p>Спортивный отбор как процесс сличения индивидуального профиля спортсмена с модельным профилем подготовленности спортсмена с целью определения траектории его дальнейшей подготовки</p> <p>Воспитание как процесс формирования личностных, нравственных и моральных качеств личности спортсмена, внутренировочные и внесоревновательные формы воспитания и самовоспитания спортсмена</p> <p>Самостоятельная работа спортсмена как процесс становления его интеллектуальной подготовленности, изучение специальной литературы, ремонт и конструирование снаряжения, самоанализ тренировочного процесса</p> <p>Обеспечение подготовки спортсмена как процесс информационного, материально-технического, медицинского, научного и организационного сопровождения</p> <p>Подготовка спортсмена как многолетний процесс, классификация ее этапов в теории спорта и в нормативных документах, регламентирующих практику спортивной подготовки в Российской Федерации</p> <p>Классификации видов подготовки по преимущественному влиянию на компоненты готовности спортсмена - техническая, физическая, тактическая, психологическая, интеллектуальная подготовка; формы подготовки по характеру взаимосвязи со спецификой вида спорта - общая, вспомогательная, специальная подготовка; методологические подходы к подготовке по степени соединения, сочетания и реализации сторон подготовленности в условиях тренировочной и соревновательной деятельности - аналитическая и интегральная подготовка, и оформление Чек-листов для постановки SMART-целей</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление в бумажном и электронном виде (Интеллект-карта, или mind map (ментальная карта))</p>	2
4	<p>Средства подготовки спортсмена</p> <p>Классификация средств подготовки спортсмена</p> <p>Особенности эффектов и степень значимости основных и дополнительных средств на разных этапах подготовки спортсмена, их</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Проект Кол-во часов
	<p>отличия в зависимости от специфики вида спорта с применением сервиса Трекинг по ОКР – Google Таблицы</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление в бумажном и электронном виде (Интеллект-карта, или mind map (ментальная карта))</p>	
5	<p>Специфические принципы подготовки спортсмена</p> <p>Классификации принципов подготовки спортсмена</p> <p>Принцип направленности к высшим достижениям и углубленной специализации, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Принцип непрерывности тренировочного процесса, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Принцип единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Принцип волнообразности и вариативности нагрузок, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Принцип цикличности тренировочного процесса, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Принцип единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности, его значение и пути реализации в подготовки спортсмена</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление в бумажном и электронном виде (Интеллект-карта, или mind map (ментальная карта))</p>	2
6	<p>Структура тренировочного процесса: макро-, мезо- и микроуровень</p> <p>Макроцикл: определение понятия, типы, периоды, этапы, главные задачи, факторы, определяющие структуру и продолжительность, варианты построения годового тренировочного процесса</p> <p>Мезоцикл: определение понятия, типы, главные задачи, факторы, определяющие структуру</p> <p>Микроцикл: определение понятия, типы, главные задачи, факторы, определяющие структуру, типы отдельных тренировочных занятий</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление в бумажном и электронном виде (Интеллект-карта, или mind map (ментальная карта))</p> <p>Построение структуры тренировочного процесса с применением аналитических инструментов эффективного планирования и решения задач (Mind map, MindJet MindManager Enterprise 15, Mindjet MindManager 14)</p>	2
7	<p>Планирование и контроль подготовки спортсмена</p> <p>Планирование как один из компонентов управления, позволяющий реализовывать цели и задачи подготовки</p> <p>Цель, задачи, объекты планирования, виды, документы, критерии оценки эффективности планирования с использованием конструктора RoboChat (https://robochat.io/), с использованием простой оболочки экспертной системы, использующей байесовскую систему логического вывода (Малая экспертная система 2.0)</p> <p>Основные организационно-методические положения планирования: подразделение тренировочного процесса на этапы; среднее количество лет тренировки, необходимое для достижения высших спортивных результатов в том или ином виде спорта или отдельных его дисциплинах; особенности современной методики, отражающие организационно-методические аспекты подготовки спортсменов в связи с возрастом и квалификацией; особенности современной методики, отражающие организационно-методические аспекты подготовки спортсменов в связи с возрастом и квалификацией; использование дополнительных факторов повышения</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Проект Кол-во часов
	<p>эффективности учебно-тренировочного процесса и процесса подготовки в целом, включая врачебно-медицинское и научное обеспечение, воспитание, самообразование, улучшение условий жизни и материально-технических условий подготовки, повышение квалификации тренерских кадров и др.</p> <p>Направления интенсификации тренировочного процесса: планомерное увеличение суммарного объема тренировочной работы, выполняемой в течение отдельного тренировочного года или макроцикла; своевременная узкая спортивная специализация, находящаяся в соответствии с границами этапа максимальной реализации индивидуальных возможностей; постепенное, из года в год, увеличение общего количества тренировочных занятий в микроциклах; планомерное увеличение в микроциклах тренировочных занятий с большими нагрузками; планомерное увеличение в тренировочном процессе количества занятий избирательной направленности, вызывающих глубокую мобилизацию функциональных возможностей организма; широкое использование жестких тренировочных режимов, способствующих приросту показателей специальной выносливости, а также значительное расширение соревновательной практики на завершающих этапах спортивного совершенствования; увеличение объема технико-тактической подготовки в условиях, максимально приближенных к предполагаемой соревновательной деятельности; увеличение общего количества основных соревнований, отличающихся высоким психологическим накалом, жесткой конкуренцией; постепенное введение дополнительных средств, стимулирующих работоспособность, ускоряющих процессы восстановления после напряженных нагрузок, увеличивающих реакцию организма на нагрузки; планомерное увеличение психической напряженности в тренировочном процессе, создание микроклимата соревнований и жесткой конкуренции в каждом занятии</p> <p>Учёт в спортивной тренировке: цель, виды, документы</p> <p>Контроль в спортивной тренировке: основные понятия (контроль, тест, ретест, контрольное упражнение, тестирование, результат тестирования), цель, виды, требования к тестам, методы контроля, его основные формы и организация</p> <p>Управление как процесс поддержания оптимальной структуры, реализации целей и программ системы спортивной тренировки, его объект и группы операций</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление в бумажном и электронном виде (Интеллект-карта, или mind map (ментальная карта))</p>	
8	<p>Физическая подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Физическая подготовка как специализированный педагогический процесс, обеспечивающий достижение наивысшего уровня физической подготовленности, который характеризуется возможностями функциональных систем организма спортсмена и уровнем развития основных физических способностей</p> <p>Виды физической подготовки и подготовленности: общая, вспомогательная, специальная</p> <p>Физические способности, их виды; перенос физических способностей</p> <p>Основные направления физической подготовки: развитие силовых способностей, развитие скоростных способностей, развитие координационных способностей, развитие выносливости, развитие</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Проект Кол-во часов
	<p>гибкости; модель физической подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление с применением аналитических инструментов эффективного планирования и решения задач (Mind map, MindJet MindManager Enterprise 15, Mindjet MindManager 14)</p>	
9	<p>Техническая подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Техническая подготовка как специализированный педагогический процесс, обеспечивающий достижение оптимальной технической подготовленности и основанный на использовании физических упражнений</p> <p>Виды технической подготовки и подготовленности: общая, вспомогательная, специальная</p> <p>Двигательные умение и навык; перенос двигательных навыков, виды и характер переноса</p> <p>Понятия «спортивная техника» и «техническая оснащенность» (подготовленность) спортсмена; результативность техники: ее эффективность, стабильность, вариативность, экономичность, минимальная тактическая информированностью для соперника</p> <p>Средства и методы технической подготовки, стадии становления технического мастерства</p> <p>Структура технической подготовленности спортсмена</p> <p>Основные направления технической подготовки: формирование базовых движений и действий, формирование дополнительных движений и действий, модель технической подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта, алгоритм практического обучения, документы планирования</p> <p>Контроль технической подготовленности, его виды, формы; виды оценки: интегральная, дифференциальная, дифференциально-суммарная; объекты оценивания: объем техники, степень реализации объема техники в соревновательной обстановке, разносторонность технической подготовленности, эффективность технической подготовленности (абсолютная, сравнительная, реализационная, устойчивость к сбивающим факторам)</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление с применением аналитических инструментов эффективного планирования и решения задач (Mind map, MindJet MindManager Enterprise 15, Mindjet MindManager 14)</p>	2
10	<p>Тактическая подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Стратегия как система научных знаний о закономерностях, средствах и способах деятельности для достижения отдельных целей, руководствуясь общими соображениями; стратегия подготовки спортсмена и стратегия соревновательной деятельности</p> <p>Тактика как теория и практика подготовки, организации и проведения специализированной деятельности для достижения целей в конкретных конфликтных ситуациях на основании принципов, схем и норм поведения, сформулированных исходя из определенных правил</p> <p>Особенности тактики, ее индивидуальный, групповой или командный характер, определяемый видом спорта и особенностями соревнований, классификация видов спорта в соответствии с характером тактики</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	<p>Виды тактики в зависимости от квалификации соперников, их индивидуальных особенностей: алгоритмическая; вероятностная; эвристическая; направленность действий в соревновательном поединке в зависимости от тактических задач</p> <p>Основные направления тактической подготовки: изучение сущности и основных положений спортивной тактики; овладение тактическими действиями; совершенствование тактического мышления; изучение информации, необходимой для практической реализации тактической подготовленности; практическая реализация тактической подготовленности; модель тактической подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление с применением аналитических инструментов эффективного планирования и решения задач (Mind map, MindJet MindManager Enterprise 15, Mindjet MindManager 14)</p>	
11	<p>Психологическая подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Психологическая подготовка как специализированный педагогический процесс совершенствования психических способностей и волевых качеств спортсмена, обеспечивающих достижение оптимального уровня психической подготовленности и основанный на использовании физических упражнений</p> <p>Структура психологической подготовленности: волевая и специальную психологическую подготовленность; показатели, используемые в процессе контроля</p> <p>Основные направления психологической подготовки: формирование мотивации к занятиям спортом, воспитание волевых качеств, совершенствование специализированных восприятий, совершенствование быстроты реагирования, совершенствование специализированных умений, регулирование психологической напряженности, выработка толерантности к эмоциональному стрессу, управление стартовыми состояниями; модель психологической подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление с применением аналитических инструментов эффективного планирования и решения задач (Mind map, MindJet MindManager Enterprise 15, Mindjet MindManager 14)</p>	2
12	<p>Интеллектуальная подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Интеллектуальная подготовка как специализированный педагогический процесс, направленный на формирование системы знаний, и системы интеллектуальных умений и навыков, ведущих к формированию убеждений и развитию познавательных способностей в процессе спортивной деятельности; интеллектуальная подготовленность; система интеллектуальных умений и навыков, их роль в подготовке спортсмена на разных этапах многолетней подготовки</p> <p>Направления интеллектуальной подготовки: интеллектуальное (теоретическое) образование; развитие интеллектуальных способностей, отвечающих специфическим требованиям избранного вида спорта; модель интеллектуальной подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Проект Кол-во часов
	Структурирование основных понятий и оформление с применением аналитических инструментов эффективного планирования и решения задач (Mind map, MindJet MindManager Enterprise 15, Mindjet MindManager 14)	
13	<p>Интегральная подготовка спортсмена: виды, направления, методы, средства, результаты</p> <p>Интегральная подготовка как специализированный педагогический процесс, направленный на объединение, координацию и комплексную реализацию в условиях тренировочной и соревновательной деятельности различных компонентов подготовленности спортсмена – технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной, качеств и способностей, обеспечиваемых применением узконаправленных средств аналитического характера и по своей структуре не всегда в полной мере отвечающих специфическим требованиям соревновательной деятельности</p> <p>Основные направления интегральной подготовки: комплексное совершенствование всех сторон подготовленности, частные направления сопряжения отдельных сторон подготовленности; модель интегральной подготовленности; средства, методы и особенности реализации в зависимости от специфики вида спорта</p> <p>Структурирование основных понятий и оформление с применением аналитических инструментов эффективного планирования и решения задач (Mind map, MindJet MindManager Enterprise 15, Mindjet MindManager 14)</p>	2
14	<p>Спортивная ориентация и спортивный отбор в процессе многолетней подготовки спортсмена</p> <p>Спортивная ориентация как процесс определения перспективных направлений достижения спортсменом высшего спортивного мастерства, основанный на изучении его задатков и способностей; ее формы и стадии</p> <p>Спортивный отбор как комплекс педагогических мероприятий, форма и содержание которых вытекают из целей и задач, в связи с которыми он проводится</p> <p>Классификация видов отбора по признакам: цель отбора; условия проведения отбора; характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности; продолжительность отбора; степень ориентации на будущий вид спортивной деятельности; этап проведения; организационная структура спортивного движения, где проводится отбор</p> <p>Спортивная ориентация и спортивный отбор в процессе многолетней подготовки как сложная специфическая система с применением сервиса Трекинг по OKR – Google Таблицы</p>	2
15	<p>Прогнозирование спортивных способностей в системе спортивной ориентации и спортивного отбора</p> <p>Прогнозирование как процесс определения потенциальных возможностей индивида в будущем с использованием сервиса Машинное обучение на Python - Python 3 Data Science Нейронные сети AI - Искусственный Интеллект</p> <p>Управление процессом спортивной ориентации и спортивного отбора на каждом этапе многолетней подготовки как замкнутый цикл тесно взаимосвязанных действий по выработке, реализации и контролю</p> <p>Стадии управления: определение модельных характеристик, требований, которым должен соответствовать в будущем спортсмен (или команда) в виде спорта; выявление и оценка наиболее значимых при отборе спортивно важных качеств, способностей у индивида; прогнозирование спортивно важных качеств, свойств, признаков, обуславливающих успех в данном виде спорта (или спортивных результатов); сравнение фактических</p>	2

		<i>Проект</i>
<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
	(если отбор носит кратковременный характер), прогнозируемых и моделируемых характеристик заданных), выступающих в качестве критериев отбора; принятие решения с применением сервиса SWOT-анализа online masterplans.ru/swot	
16	<p>Спортивные достижения как специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности</p> <p>Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта</p> <p>Понятия: «спортивный результат», «спортивное достижение», «спортивный рекорд», их отличительные признаки и взаимосвязь</p> <p>Классификация спортивных достижений, их измерение и критерии оценивания</p> <p>Факторы, обуславливающие уровень спортивных достижений.</p> <p>Структура спортивных достижений с применением сервиса SWOT-анализа online masterplans.ru/swot</p>	2
1-16	<p>Представление (презентация) результатов самостоятельной работы студента по разработке фрагмента перспективного плана с применением аналитических инструментов эффективного планирования и решения задач (Mind map, MindJet MindManager Enterprise 15, Mindjet MindManager 14)</p> <p>* Примечание: Форма выполнения задания в Приложении 1</p>	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Двейрина, О.А. Теория спорта: конспекты обзорных лекций : учебное пособие / О.А. Двейрина; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехнического университета, 2016. - 95 с.
2. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л.П. Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп. - М. : Сов. спорт, 2010. - 340 с. : ил.
3. Никитушкин, В.Г. Спорт высших достижений: теория и методика : учебное пособие / В.Г. Никитушкин, Ф.П. Суслов. – Москва : Спорт, 2017. – 320 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471229>
4. Николаев, В.С. Двигательная активность и здоровье человека: теоретико-методические основы оздоровительной физической тренировки : учебное пособие / В.С. Николаев, А.А. Щанкин. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 81 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362769>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура и спорт. Методология, теория, практика : учебное пособие / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н. Н. Маликова. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2009. - 526 с. : ил.
2. Барчуков, И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебник / И.С. Барчуков; под общ. ред. Г. В. Барчуковой. - 4-е изд., стер. - Москва : КНОРУС, 2015. - 365, [1] с.

3. Горбунов, С. С. Теория спорта высших достижений : учебное пособие / С. С. Горбунов, Л. Н. Смолякова. — Чайковский : ЧГИФК, 2016. — 337 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/152701>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Жуков, Р.С. Основы спортивной тренировки : учебное пособие / Р.С. Жуков ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». — Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. — 110 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278415>
5. Зотова, Ф.Р. Методологические основы теории спорта : учебно-методическое пособие / Ф.Р. Зотова, Н.Н. Мугаллимова; Министерство спорта Российской Федерации ; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань. - Казань : Олитех, 2018. — 88 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
6. Маслова, И. Н. Теория спорта : учебное пособие / И. Н. Маслова. — Воронеж : ВГИФК, 2020. — 52 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/140360>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л.П. Матвеев. - 6-е изд. - Москва : Спорт, 2019. - 339, [1] с. : ил.
8. Серова, Л.К. Профессиональный отбор в спорте : учебное пособие / Л.К. Серова. - М. : Человек, 2011. - 159 с.
9. Теория и методика спортивного отбора в избранном виде спорта : учебное пособие / составитель С. Д. Зорин. — Чебоксары : ЧГПУ им. И. Я. Яковлева, 2021. — 176 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/192220>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов : учебник / В.Д. Фискалов. - М. : Советский спорт, 2010. - 392 с.
11. Фискалов, В.Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта : учебное пособие / В.Д. Фискалов, В.П. Черкашин. — Москва : Спорт, 2016. — 352 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454239>
12. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 11-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 478, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link%20isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для применения мультимедиа-технологии аудиторные занятия проводятся в специально-оборудованных аудиториях, обеспеченных:

1. Мультимедиа-проектором;
2. Стационарным экраном;
3. Ноутбуком с операционной системой Windows XP (или выше);
4. Программным обеспечением, позволяющим показывать схемы, видеофильмы, презентации;
5. Жалюзи, позволяющие создать эффект кинотеатра.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики гимнастики

Рабочая программа дисциплины

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ
СПОРТА: ГИМНАСТИКА**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе в 1 и 2 семестрах по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет – 1 семестр, дифференцированный зачет – 2 семестр*).

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке
Обеспечение безопасности	ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1	ОПК-1.1. Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы;

	<p>объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования,</p> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>ОПК-1.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>- специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования,</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
ОПК-3	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; - организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; - организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.

	<p>ОПК-3.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. 	<p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-10	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма <p>ОПК-10.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований
ОПК-13	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у

	<p>и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
--	---	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	88	44	44						
В том числе:									
Занятия лекционного типа	8	4	4						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	80	40	40						
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет)	12	6	6						
Самостоятельная работа студента	44	22	22						
Общая трудоемкость	часы	144	72	72					
	зачетные единицы	4	2	2					

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания	Краткая историческая справка. Виды гимнастики. Гимнастика в дошкольных образовательных, в общеобразовательных, профессиональных	Знает: <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей

		<p>нальных образовательных организациях, и профессиональных организациях высшего образования. Рекреация с использованием гимнастических упражнений.</p>	<p>культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
2	Средства гимнастики	<p>Терминология средств гимнастики. Строевые упражнения и приемы. Общеразвивающие упражнения (без предметов, с гимнастической палкой, набивным мячом, с использованием гимнастической стенки, гимнастической скамейки, в парах, в сцеплении). Способы проведения общеразвивающих упражнений (поточный и проходной). Прикладные упражнения: равновесия, лазания, ползания, переноска грузов и др. Вольные упражнения под музыкальное сопровождение.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в

		<p>Упражнения художественной гимнастики. Прыжки. Акробатические упражнения.</p> <p>Упражнения на видах гимнастического многоборья. Игры, эстафеты, полосы препятствий, упражнения, организованных круговым методом с использованием средств гимнастики. Организация и методика обучения упражнениям на видах многоборья, представленных в программе по физической культуре. Разучивание упражнений III разряда категории «Б». Выступление на соревнованиях по программе III разряда категории «Б».</p>	<p>процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.</p>
3	<p>Урок физической культуры с использованием средств гимнастики</p>	<p>Уроки физической культуры с использованием средств гимнастики для различного контингента занимающихся. Использование физкультурно-оздоровительных технологий на уроках гимнастики. Анализ урока физической культуры с использованием средств гимнастики. Основы организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий в рамках урока физической культуры с использованием</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - структуру построения занятий физической культурой с использованием средств гимнастики - основные документы планирования образовательного процесса - формы проведения занятий, урок – основная форма занятий по физической культуре в образовательных организациях - терминологию и классификацию в гимнастике - принципы и порядок разработки учебно-программной документации (конспекта урока /фрагмента урока) для проведения занятий с использованием средств гимнастики - содержание и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия (конспекта урока/ фрагмента урока) с использованием средств гимнастики в зависимости от направленности педагогических воздействий, особенностей занимающихся и условий педагогического процесса - правила организации соревнований по гимнастике

		<p>средств гимнастики.</p> <p>гимна-</p>	<ul style="list-style-type: none"> - способы оценки результатов обучения в гимнастике - гимнастическую терминологию - средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - основы теории и методики обучения гимнастическим упражнениям - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры - физкультурно-оздоровительные технологии и их использование на уроках гимнастики - содержания и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмов подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средств и методов педагогического мониторинга - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся - санитарно-гигиенические требования к занятиям, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма на занятиях с использованием средств гимнастики - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре, используя средства гимнастики - определять цель, задачи, подбирать и дозировать средства гимнастики, в зависимости от поставленных задач в режиме учебного времени - ставить различные виды задач (образовательные, оздоровительные, развития качеств и воспитательные) и организовывать их решение на занятиях по гимнастике
--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none">- решать задачи при проведении занятий по гимнастике, подбирая средства, методы и методические приемы с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся- определять (подбирать) и дозировать средства гимнастики в зависимости от поставленных задач- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом специфических особенностей гимнастики- определять способы (формы, методы и средства) оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике (определять ошибки в технике выполнения гимнастических упражнений и оценивать качество их выполнения)- применять методы организации учебной деятельности на занятиях гимнастикой с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных и поведенческих особенностей занимающихся- применять адекватные средства, методы и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач- использовать в своей деятельности гимнастическую терминологию- грамотно распределять на протяжении занятия средства с учетом их влияния на организм занимающихся- показывать наглядно и правильно технические элементы базового вида спорта - гимнастика- использовать средства гимнастики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для избранного вида спорта)- использовать стандартное и дополнительное оборудование, инвентарь на занятиях на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики- организовывать (строить, перестраивать, размывать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> - знать критерии оценки, определять ошибки в технике выполнения гимнастических упражнений и оценивать качество их выполнения - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике гимнастических упражнений, подбирать приемы и средства для их корректировки (устранения) - осуществлять контроль уровня физической подготовленности занимающихся на занятиях по гимнастике - использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, мероприятий оздоровительного характера по гимнастике - проектировать и анализировать собственное проведение урока физической культуры с использованием средств гимнастики с целью самосовершенствования - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях - анализировать собственное проведение урока физической культуры с использованием средств гимнастики и проведение урока одноклассником - формировать основы физкультурных знаний в области гимнастики - подбирать дозировку и методы/способы проведения гимнастических упражнений (регулируя таким образом нагрузку) с учетом индивидуальных особенностей обучающихся - оценивать показатели уровня физической подготовленности обучающихся - обеспечивать санитарно-гигиенические условия, для безопасного выполнения упражнений - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий - использовать необходимые способы организации группы занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования содержания занятий по гимнастике
--	--	--

			<ul style="list-style-type: none"> - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики - составления комплексов гимнастических упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся при освоении общеобразовательных программ - разработки и оформления конспекта урока (фрагмента урока) по физической культуре с использованием средств гимнастики - проведения комплексов гимнастических упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся (методами обучения техники гимнастических упражнений, развития физических качеств, приемами объяснения и демонстрации гимнастических элементов) - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений - проведения соревнования с использованием средств гимнастики с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся - проведения урока физической культуры с использованием средств гимнастики - владения методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, - контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом - <i>применения способов организации группы занимающихся</i> - <i>применения командного голоса</i> - <i>применения приемов оказания страховки и помощи занимающимся при обучении гимнастическим упражнениям</i>
4	Обеспечение безопасности в процессе проведения занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики	Предупреждение травматизма при использовании средств гимнастики. Приемы помощи и страховки, их применение при проведении занятий по физической культуре с использованием средств	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся - санитарно-гигиенические требования к занятиям, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма на занятиях с использованием средств гимнастики - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики

	<p>гимнастики. Особенности занятий гимнастикой с учащимися основной, подготовительной и специальной медицинской групп. Внешние признаки утомления и переутомления занимающихся.</p>	<p>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике</p> <p>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений</p> <p>- особенности занятий гимнастикой с учащимися различных медицинских групп</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать санитарно-гигиенические условия, для безопасного выполнения упражнений - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике - использовать необходимые способы организации группы занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения способов организации группы занимающихся - применения командного голоса - применения приемов оказания страховки и помощи занимающимся при обучении гимнастическим упражнениям
--	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
<i>I семестр</i>		
1,2	<p>Лекция № 1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гимнастика, ее задачи и методические особенности. 2. Виды гимнастики. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Образовательно-развивающие виды гимнастики. 2.2. Оздоровительные виды гимнастики. 2.3. Спортивные виды. 3. Средства гимнастики. 4. Программа прохождения курса гимнастики в университете 	2
2	<p>Лекция № 2 Терминология гимнастических упражнений</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Терминология, способы образования терминов, их классификация. 2. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. 3. Правила использования гимнастической терминологии. 4. Термины общеразвивающих и вольных упражнений. 5. Термины упражнений гимнастического многоборья. 	2
<i>II семестр</i>		

2	Лекция № 3: Основы обучения гимнастическим упражнениям (2 часа) 1. Основные понятия, используемые в лекции 2. Общие правила анализа техники гимнастических упражнений 3. Статические и динамические упражнения 4. Общие правила анализа (объяснения) техники исполнения гимнастических упражнений 5. Методика обучения гимнастическим упражнениям 6. Методы обучения упражнениям 7. Этапы обучения упражнениям	2
3,4	Лекция № 4: Урок физической культуры в школе с использованием средств гимнастики 1. Задачи обучения гимнастике в школе 2. Требования к уроку с использованием средств гимнастики 3. Структура построения урока с использованием средств гимнастики 3.1. Подготовительная часть урока 3.2. Основная часть урока 3.3. Заключительная часть урока 4. Дозирование нагрузки на уроке 5. Организационные аспекты занятия 6. Особенности проведения занятий с учащимися различных медицинских групп 7. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
	<i>I семестр</i>	<i>40</i>
2	№1 Практическое занятие: Точки зала. Строевые упражнения (далее - СУ) (построение в шеренгу и колонну, рапорт, повороты на месте, движение в обход и остановка группы, различные виды передвижения, перестроение уступами). Вольные упражнения на 32 счета (разучивание) под музыкальное сопровождение.	2
2	№2 Практическое занятие: Вольные упражнения на 32 счета под музыкальное сопровождение - зачет (текущий контроль (ТК) 1). СУ (перестроение из 1 шеренги в 2 и из 1 шеренги в 3 на месте, движение по диагонали, противоходом и змейкой).	2
2	№3 Практическое занятие: СУ (размыкание поворотом в движении, действие по команде "прямо", построение в круг, перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 и по 3 на месте). Проведение СУ - учебная практика. Терминология общеразвивающих упражнений (далее - ОРУ).	2
2	№4 Практическое занятие: СУ (перестроение дроблением и сведением, разведением и слиянием, размыкание и смыкание). ОРУ - способы обучения и последовательность ОРУ в комплексе.	2
2	№5 Практическое занятие: Рубежный контроль - контрольная работа по терминологии. Проведение СУ - учебная практика.	2
2	№6 Практическое занятие: Проведение СУ - зачет (ТК 2). Проведение ОРУ - учебная практика	2
4, 2	№7 Практическое занятие: Обеспечение техники безопасности при занятиях гимнастикой. Проведение ОРУ - зачет (ТК 3). Конспект ОРУ	2

2, 4	№8 Практическое занятие: Проведение ОРУ - зачет (ТК 3). Лазание по канату в 2 и 3 приема. Виды многоборья (акробатические упражнения)	2
2, 4	№9 Практическое занятие: Проведение ОРУ - зачет (ТК 3). Лазание по канату в 2 и 3 приема - зачет (ТК 4). Виды многоборья (опорный прыжок)	2
2	№10 Практическое занятие: Игры, эстафеты, круговая тренировка, полоса препятствий, прикладные упражнения и их использование на уроках гимнастики	2
2	№11 Практическое занятие: ОРУ на стенке и на скамейке. Прикладные упражнения	2
2	№12 Практическое занятие: Проведение ОРУ на стенке и на скамейке - учебная практика. Проведение: игр, эстафет, круговой тренировки, полосы препятствий - зачет (ТК 5) Конспект (игра, эстафета, круговая тренировка, полоса препятствий)	2
2	№13 Практическое занятие: ОРУ с гимнастической палкой и с набивным мячом. Проведение ОРУ с палкой и с мячом - учебная практика. Проведение: игр, эстафет, круговой тренировки, полосы препятствий - зачет (ТК 5)	2
2, 4	№14 Практическое занятие: Проведение: игр, эстафет, круговой тренировки, полосы препятствий - зачет (ТК 5). Виды многоборья (параллельные и разновысокие брусья)	2
2	№15 Практическое занятие: ОРУ в парах и в сцеплении. Проведение ОРУ в парах и в сцеплении - учебная практика. Проведение: игр, эстафет, круговой тренировки, полосы препятствий - зачет (ТК 5)	2
2	№16 Практическое занятие: Проведение ОРУ с гимнастической палкой, набивным мячом, с использованием гимнастической стенки и скамейки, в парах и в сцеплении - зачет (ТК 6). Конспект ОРУ с гимнастической палкой, набивным мячом, с использованием гимнастической стенки и скамейки, в парах и в сцеплении	2
2, 4	№17 Практическое занятие: Проведение ОРУ с гимнастической палкой, набивным мячом, с использованием гимнастической стенки и скамейки, в парах и в сцеплении - зачет (ТК 6). Виды многоборья (акробатические упражнения, прыжок, бревно, перекладина)	2
2, 4	№18 Практическое занятие: ОРУ - поточный и проходной способ проведения. Проведение ОРУ поточным и проходным способом - учебная практика. Проведение: игр, эстафет, круговой тренировки, полосы препятствий - зачет (ТК 5). Виды многоборья – страховка и помощь – учебная практика	2
2	№19 Практическое занятие: Проведение ОРУ - поточным и проходным способами - зачет (ТК 7). Конспект ОРУ проходной способ	2
2,4	№20 Практическое занятие: Страховка при выполнении упр. на видах многоборья - зачет (ТК 8)	2
	II семестр	40
2, 3, 4	№1 Методическое занятие: "Конспект урока физической культуры с использованием средств гимнастики "	2
2, 3, 4	№2 Практико-методическое занятие: подготовка к проведению урока по гимнастике, терминология упражнений на снарядах. Письменный опрос по теме: "Особенности занятий гимнастикой с учащимися различных медицинских групп" (ТК 1)	2

2, 3, 4	№3 Практическое занятие: Проведение урока по гимнастике в школе - (ТК 2) и умение осуществлять страховку и помощь при проведении урока - (ТК 3). Рубежный контроль - конспект	2
2, 3, 4	№№ 4-12 Практические занятия: Проведение: урока по гимнастике в школе - (ТК 2) + умение осуществлять страховку и помощь при проведении урока - (ТК 3). Анализ урока - (ТК 4)	18
2, 3, 4	№13 Практическое занятие: Проведение: урока по гимнастике в школе - (ТК 2) + умение осуществлять страховку и помощь - (ТК 3). Анализ урока - зачет (ТК 4) Особенности организации соревнований по гимнастике	2
2, 3, 4	№№ 14-18 Практические занятия: Проведение: урока по гимнастике в школе - (ТК 2) + умение осуществлять страховку и помощь - (ТК 3). Анализ урока - зачет (ТК 4) Упражнения на видах многоборья	10
2	№19 Практическое занятие: выполнение III разряда - соревнования - (ТК 5)	2
2, 3, 4	№20 Практическое занятие: Сдача задолженностей	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Алаева, Л.С. Гимнастика: общеразвивающие упражнения [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.С. Алаева, К.Г. Клецов, Т.И. Зябрева. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 72 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Поздеева, Е.А. Средства гимнастики: строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.А. Поздеев, Л.С. Алаева. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 100 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Савельева, Л.А. Гимнастическая терминология. Обучение общеразвивающим упражнениям и строевым перемещениям : учебное пособие / Л.А. Савельева; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2021. – 138 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика : учебник / Е.С. Крючек, Р.Н. Терехина, И.А. Степанова [и др.]; под ред. Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. - Москва : Академия, 2019. - 314, [1] с. : ил.
5. Теория и методика обучения базовым видам спорта: формирование профессионально-педагогических компетенций средствами гимнастики : учебное пособие / Е.Н. Медведева, Б.П. Кашеваров, А.А. Супрун [и др.]; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2019. – 184 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Текст] : учебник / Е.С. Крючек [и др.]; под ред. Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 282, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Баршай, В.М. Гимнастика [Текст] : учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физическая культура" / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Кнорус, 2016. - 312 с. : ил.
2. Бурухин, С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика [Текст] : учебное пособие / С.Ф. Бурухин. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2018. - 172, [1] с. : ил.
3. Ветрова, И. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика : учебное пособие / И. В. Ветрова. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2018. — 252 с. — ISBN 978-5-00102-230-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/167659>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Гимнастика. Теория и методика обучения базовым видам спорта : учебное пособие / В. В. Анцыперов, Е. А. Широбакина, Н. Л. Горячева, А. Г. Трифонов. — 2-е изд. перераб. и доп. — Волгоград : ВГАФК, 2019. — 160 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158204>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Гимнастика. Методика преподавания : учебник / В.М. Миронов, Г.Б. Рабиль, Т.А. Морозевич-Шилюк [и др.]; под общей редакцией В. М. Миронова. - Минск : Новое знание ; Москва : ИНФРА-М, 2021. - 334 с. : ил.
6. Гимнастика. Методика преподавания [Текст] : учебник / под общ. ред. В. М. Миронова. - Минск : Новое знание ; Москва : ИНФРА-М, 2016. - 334 с. : ил.
7. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519688>
8. Епишин Н.Д. Обучение гимнастов прыжкам на батуте [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.Д. Епишин. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 164 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Епишин, Н.Д. Методика формирования навыков управления движениями гимнастов [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.Д. Епишин. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2016. – 136 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Кайдаш, С.И. Основные средства гимнастики [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.И. Кайдаш. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. – 144 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Петров, П.К. Методика преподавания гимнастики в школе [Текст] : учебник / П.К. Петров. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : ВЛАДОС, 2014. - 447 с. : ил.
12. Сизоненко, В. В. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика : учебное пособие для вузов / В. В. Сизоненко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 115 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14684-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520227>
13. Теория и методика гимнастики [Текст] : учебник / под ред. М. Л. Журавина, Е. Г. Сайкиной. - Москва : Академия, 2012. - 491, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>

- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОС-СИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика» необходимы:

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран),
- флэш-накопители (диски) с музыкальными произведениями для проведения текущих контролей, музыкальный центр (магнитофон, CD-проигрыватель);
- тренировочный спортивный зал*;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского пункта объекта спорта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 01.03.2016 № 134 н;
- обеспечения оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки;

*стандартный гимнастический зал на 2 комплекта снарядов с необходимым оборудованием (снаряды для женского и мужского гимнастического многоборья: гимнастическое бревно, разновысокие брусья, мостики гимнастические, конь гимнастический маховый, брусья гимнастические мужские, перекладина гимнастическая, подвеска блочная с кольцами гимнастическими, рама с кольцами гимнастическими, палка для остановки колец, дорожка для разбега, ковер для вольных упражнений, конь гимнастический прыжковый переменной высоты, маты гимнастические).

Вспомогательные снаряды для женского и мужского гимнастического многоборья:

- бревно напольное и переменной высоты, брусья гимнастические женские и жердь гимнастическая женская на универсальных стойках, перекладина гимнастическая переменной высоты, гимнастический козел;
- гимнастические маты, количество которых зависит от их модификации;
- петли, магнезия;
- гимнастические стенки 20 шт., гимнастические скамейки 10 шт. (две из них со специальными крючками с возможностью зацепления за гимнастическую стенку), конструкции, крепящиеся за рейки гимнастической стенки (типа перекладин) 10 шт.;
- скакалки, резиновые жгуты, обручи, кегли, гантели, гимнастические палки, набивные мячи и другой инвентарь для физической подготовки *по количеству занимающихся в группе.*

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики легкой атлетики

Рабочая программа дисциплины

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ
СПОРТА: ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе в 1 и 2 семестрах по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет, дифференцированный зачет.*

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования
Обеспечение безопасности	ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1	ОПК-1.1. Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития; - основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития; - основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки

	<p>предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>ОПК-1.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
ОПК-3	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; - организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>ОПК-3.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; - организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности

	спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-10	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма <p>ОПК-10.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований
ОПК-13	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области

	<p>педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>физической культуры и спорта.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
--	--	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:
очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры	
		1	2
Контактная работа преподавателей с обучающимися	88	44	44
В том числе:			
Занятия лекционного типа	8	4	4
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	80	40	40
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	12	6	6
Самостоятельная работа студента	44	22	22
Общая трудоемкость	часы	144	72
	зачетные единицы	4	2

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Возникновение, развитие и современное состояние легкой атлетики. Классификация и терминология в легкой	Возникновение и этапы развития легкой атлетики, легкая атлетика в дореволюционной России, развитие легкой атлетики в СССР и России, достижения отечественных спортсменов-легкоатлетов на чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх, современный уровень	<p><i>Знания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию и классификацию в легкой атлетике; - историю и современное состояние легкой атлетики, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды легкой

	атлетике.	спортивных результатов. Российских и зарубежных спортсменов, обзор научных исследований и проблемы развития легкой атлетики. Предмет, задачи, содержание курса, требования комплексной подготовки студентов. Основные термины в легкой атлетике, требования, международной терминологии и ее применение в практической деятельности. Техника безопасности в легкой атлетике.	атлетики как базового вида спорта; - терминологию легкой атлетики; <i>Умения:</i> - использовать в своей деятельности терминологию легкой атлетики;
2.	Техника методика обучения легкой атлетике и в	Техника бега. Бег как естественные способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Выполнение практического норматива. Типовая схема обучения и	<i>Знания:</i> - основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений; <i>Умения:</i> - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по легкой атлетике; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по легкой атлетике с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей занимающихся; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей легкой атлетики; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по легкой атлетике. - методики развития физических качеств средствами легкой атлетики; - методики контроля и оценки технической и физической

		<p>последовательность изучения техники. Основные принципы обучения. Основные методы обучения. Задачи обучения. Основной путь обучения: от сообщения знаний к формированию умений и навыков. Двигательные умения и навыки. Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения. Специфика применения дидактических принципов при обучении в видах легкой атлетики. Структура процесса обучения. Предупреждение и устранение грубых ошибок. Развитие физических способностей.</p>	<p>подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач; <p><i>Навыки;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по легкой атлетике; - владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов;
<p>Организация и проведение занятий по легкой атлетике в общеобразовательных учреждениях. Использование легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности.</p>	<p>Структура, задачи и содержание тренировочного занятия по легкой атлетике. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Оценка успеваемости. Планирование тренировочного занятия по легкой атлетике. Проведение занятия по легкой атлетике. Легкая атлетика в общеобразовательных учреждениях различного уровня. Санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма. Применение легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности. Оздоровительный бег и ходьба. Укрепления кардиореспираторной системы и опорно-двигательного аппарата. Техника и методика оздоровительного бега и ходьбы. Разновидности оздоровительного бега (общей и специальной направленности) и ходьбы (нордическая ходьба).</p>	<p><i>Знания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по легкой атлетике; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств легкой атлетики; - способы оценки результатов обучения в легкой атлетике. - санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий легкой атлетикой; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств легкой атлетики; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по легкой атлетике; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях легкой атлетике; 	

			<p>- содержание и формы педагогического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта</p> <p><i>Умения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - определять средства и величину нагрузки на занятиях по легкой атлетике в зависимости от поставленных задач; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по легкой атлетике с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - распределять на протяжении занятия средства легкой атлетике с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в легкой атлетике; - использовать средства легкой атлетике для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем на занятиях физической культурой с использованием средств легкой атлетике; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетике; - оценивать качество выполнения упражнений в легкой атлетике и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в легкой атлетике, подбирать приемы и средства для их устранения; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по легкой атлетике в
--	--	--	---

			<p>зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по легкой атлетике;</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p><i>Навыки;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике; - проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;
	<p>Организация и проведение соревнований по легкой атлетике.</p>	<p>Организация судейства соревнований в беговых, прыжковых видах и метаниях. Положение о соревновании. Функции главного судьи. Состав судейских бригад на виде. Проведение соревнований в общеобразовательных учреждениях. Судейство соревнований по прыжкам. Судейство соревнований по метаниям. Судейство соревнований в беговых видах.</p>	<p><i>Знания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - правила и организация соревнований в легкой атлетике; <p><i>Умения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать существующие методики проведения соревнований по легкой атлетике;

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1 семестр		
1	<p>Лекция №1: Возникновение и развитие, и современное состояние легкой атлетики. Классификация и терминология в легкой атлетике</p> <p>Определение и содержание предмета. Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений. Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания. История развития и современное состояние легкой атлетики. Значение легкоатлетических упражнений для развития качеств, необходимых для избранного вида спорта, навыков, средств и методов обучения базовым видам спорта. Предмет, задачи, содержание курса, требования комплексной подготовки студентов. Основные термины в легкой атлетике, требования, международная терминология и ее применение в практической работе. Возникновение и этапы развития легкой атлетики, легкая атлетика в дореволюционной России, развитие легкой атлетики в СССР и России, достижения отечественных спортсменов-легкоатлетов на чемпионатах Европы, мира, Олимпийских играх, современный уровень спортивных результатов Российских и зарубежных спортсменов, обзор научных исследований и проблемы развития легкой атлетики.</p>	2
2	<p>Лекция № 2. Техника и методика обучения в легкой атлетике</p> <p>Техника бега. Бег как естественный способ передвижения человека. Цикличность движений. Периоды и фазы движения ноги в течение цикла (двойного шага). Траектория общего центра тяжести, перемещений звеньев ноги и движений в суставах. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Движения бегуна во время фаз (периодов) опоры и полета, положение туловища, головы и движения рук и ног. Положение на старте и бег по дистанции. Финиш. Особенности техники бега на различные дистанции.</p> <p>Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Факторы, определяющие траекторию полета: скорость, углы отталкивания и вылета. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Особенности и способы техники легкоатлетических прыжков.</p> <p>Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов: начальная скорость, угол вылета, высота вылета, сопротивление воздушной Среде. Фазы метания: исходное положение, подготовка к разбегу, разбег, подготовка к финальному усилию, финальное усилие. Варианты и способы метания гранаты, копья, диска и толкания ядра.</p>	2
2 семестр		
4	<p>Лекция №4. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике</p> <p>Правила и судейство соревнований в пройденных видах</p>	2

	<p>Бега на короткие и средние дистанции. Прыжок в высоту способом «перешагивания», Прыжок в длину способом «согнув ноги», толкание ядра со скачка, метание малого мяча.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Общие положения, • Работа главного судьи. • Комплектование, распределение и учет работы судейских бригад. • Секретариат соревнований. • Организация информации торжественных процедур. • Судейство соревнований по бегу. • Судейство соревнований по прыжкам. • Судейство соревнований по метаниям. • Особенности проведения соревнований на стадионе и в закрытых помещениях. • Проверка инвентаря и оборудования перед соревнованиями. 	
3	<p>Лекция №3. Организация и проведение занятий по легкой атлетике в общеобразовательных учреждениях. Использование легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности.</p> <p>Задачи обучения. Основной путь обучения: от сообщения знаний к формированию умений и навыков. Двигательные умения и навыки. Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения. Специфика применения дидактических принципов при обучении в видах легкой атлетики. Структура процесса обучения. Предупреждение и устранение грубых ошибок. Формы организации: групповая, индивидуальная, урочная, самостоятельная. Задачи урока и его частей. Управление процессом обучения. Структура и содержание урока по легкой атлетике. Задачи и содержание подготовительной, основной и заключительной частей урока. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога- тренера к уроку, конспект, его составные части. Оценка успеваемости. Санитарно-гигиенические требования к занятиям легкой атлетикой, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма</p> <p>Развитие двигательных способностей средствами легкой атлетики.</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1 семестр		
2	<p>Практические занятия: Техника прыжка в длину способом «согнув ноги» и толкания ядра «со скачка»</p> <p>1. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива.</p> <p>2. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания</p>	12

	малого мяча. Выполнение практического норматива.	
2	<p>Практические занятия: Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» и бега на короткие дистанции.</p> <p>1. Техника бега. Бег как естественный способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива.</p> <p>2. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива.</p>	12
2	<p>Практические занятия: Техника бега на средние дистанции и метания малого мяча</p> <p>1. Техника бега. Бег как естественный способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива.</p> <p>2. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Выполнение практического норматива.</p>	12
2	<p>Семинарские занятия: Техника и методика обучения в легкой атлетике</p> <p>1. Техника бега. Бег как естественный способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции.</p> <p>2. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение технике прыжка в высоту способом «</p> <p>3. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча.</p> <p>4. Типовая схема обучения и последовательность изучения техники. Основные принципы обучения. Основные методы обучения. Задачи обучения. Основной путь обучения: от сообщения знаний к формированию умений и навыков.</p>	4

	<p>Двигательные умения и навыки. Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения. Специфика применения дидактических принципов при обучении в видах легкой атлетики. Структура процесса обучения. Предупреждение и устранение грубых ошибок.</p>	
2 семестр		
2	<p>Семинарские занятия: Техника и методика обучения в легкой атлетике</p> <p>1. Техника бега. Бег как естественный способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции.</p> <p>2. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение технике прыжка в высоту способом «</p> <p>3. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча.</p> <p>1. Типовая схема обучения и последовательность изучения техники. Основные принципы обучения. Основные методы обучения. Задачи обучения. Основной путь обучения: от сообщения знаний к формированию умений и навыков. Двигательные умения и навыки. Положительный и отрицательный перенос навыков и его учет при построении обучения. Специфика применения дидактических принципов при обучении в видах легкой атлетики. Структура процесса обучения. Предупреждение и устранение грубых ошибок.</p>	4
3	<p>Семинарские занятия: Организация и проведение занятий по легкой атлетике в общеобразовательных учреждениях. Использование легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности.</p> <p>1. Структура, задачи и содержание урока по легкой атлетике. 2. Подбор и дозировка упражнений. 3. Подготовка педагога. 4. Оценка успеваемости. 5. Планирование урока по легкой атлетике. 6. Проведение урока по легкой атлетике. 7. Легкая атлетика в общеобразовательных учреждениях различного уровня. 8. Применение легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности. 9. Оздоровительный бег и ходьба. Укрепления кардиореспираторной системы и опорно-двигательного аппарата. 10. Техника и методика оздоровительного бега и ходьбы. Разновидности оздоровительного бега (общей и специальной направленности.) и ходьбы (нордлинг, вокинг).</p>	2

2	<p>Практические занятия: Методика обучения технике прыжка в длину способом «согнув ноги», методика обучения технике толкания ядра «со скачка».</p> <p>1. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива.</p> <p>2. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Выполнение практического норматива.</p>	12
2	<p>Практические занятия: Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивания», методика обучения технике бега на короткие дистанции.</p> <p>1. Техника бега. Бег как естественный способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива.</p> <p>2. Техника прыжков. Характеристика прыжков. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжков: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Движения прыгунов в полете и при приземлении. Обучение технике прыжка в длину способом «согнув ноги». Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание». Выполнение практического норматива.</p>	12
2	<p>Практические занятия: Методика обучения технике бега на средние дистанции, методика обучения технике метания малого мяча.</p> <p>1. Техника бега. Бег как естественный способ передвижения человека. Цикличность движений. Анализ техники бегового шага. Скорость передвижения и зависимость от длины и частоты шагов в беге. Старт. Стартовый разгон. Бег по дистанции. Финиширование. Обучение технике бега на короткие и средние дистанции. Выполнение практического норматива.</p> <p>2. Техника метаний. Характеристика легкоатлетических метаний. Виды метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снарядов. Исходное положение. Разбег. Финальное усилие. Обучение технике толкания ядра. Обучение технике метания малого мяча. Выполнение практического норматива.</p>	10

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика : учебное пособие для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 300 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12402-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518851>
2. Базовые виды спорта. Легкая атлетика : учебное пособие / составители М. С. Воротова, Ю. В. Моисеев. — Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. — 68 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158623>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Карасев, А.В. Спринтерский и барьерный бег : учебное пособие / А.В. Карасев, Л.А. Черенева. - Москва : Советский спорт, 2021. - 111 с. : ил.
4. Врублевский, Е.П. Легкая атлетика. Основы знаний в вопросах и ответах [Текст] : учебное пособие / Е.П. Врублевский. - Москва : Спорт, 2016. - 238, [1] с. : ил.
5. Колесников, А.В. Использование специально-подготовительных упражнений при обучении студентов-легкоатлетов методикам подготовки в избранном виде спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.В. Колесников, Е.Н. Сидорова, О.О. Николаева. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. — 128 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Литвиненко, Л.В. Легкая атлетика [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.В. Литвиненко, В.А. Ермакова. - Малаховка : [б. и.], 2017. — 118 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Легкая атлетика [Текст] : учебник / Г.В. Грецов [и др.]; под ред. Г. В. Грецова, А. Б. Янковского. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 287, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Базовые виды спорта : легкая атлетика [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.Е. Войнова [и др.]. - СПб. : [б. и.], 2010. — 212 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Батырь, И. Н. Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика) : учебное пособие / И. Н. Батырь, В. В. Чемов. — Волгоград : ВГАФК, 2017. — 302 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158108>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Базовые виды спорта. Легкая атлетика : учебное пособие / составители М. С. Воротова, Ю. В. Моисеев. — Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. — 68 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158623>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Димова, А.Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник / А.Л. Димова. - Москва :Юрайт, 2021. - 427, [1] с. : ил.
5. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519688>
6. Легкая атлетика : учебное пособие / А. П. Кизько, Л. Г. Забелина, А. В. Тертычный, В. А. Косарев ; Новосибирский государственный технический университет. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2018. — 156 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576711>

7. Легкая атлетика [Текст] : учебник / под общ. ред. Н. Н. Чеснокова, В. Г. Никитушкина. - Москва : Физическая культура, 2010. - 440 с. : ил.
8. Подготовка студентов к сдаче тестов комплекса ГТО : учебное пособие / Л. Г. Забелина. — Новосибирск : НГТУ, 2021. — 84 с. — ISBN 978-5-7782-4381-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/216134>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Рыбакова, Е. О. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика : учебное пособие / Е. О. Рыбакова, В. В. Созинов. — Чайковский : ЧГИФК, 2020. — 89 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/233768>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Шатунов, Д.А. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика : учебно-методическое пособие / Д.А. Шатунов; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань. - Казань :Вестфалика, 2020. – 127 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link%20isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Состав программного обеспечения:

Операционные системы:

Windows 10 Pro/Windows 10 Pro for Workstations

ОС РОСА "КОБАЛЬТ" десктоп

Офисные пакеты приложений: Office Standard 2016

Браузеры: Google Chrome, Yandex.Browser

Архиваторы: 7zip

Программы просмотра PDF: Adobe Acrobat Reader

Связь: Skype

Распознавание текста и конвертирование файлов Abby fine reader Professional 12

Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения дисциплины: яма для прыжков в длину, беговая дорожка, брус для отталкивания, круг для места толкания

ядра, место приземления для прыжков в высоту, планка для прыжков в высоту, стартовые колодки, стойки для прыжков в высоту, ядро массой 3,0 кг, ядро массой 5,0 кг.

Дополнительное и вспомогательное оборудование, спортивный инвентарь: грабли, мат гимнастический, мячи для метания (теннисный), рулетка 10 м, гимнастические скамейки, гимнастические стенки.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики лыжных видов спорта

Рабочая программа дисциплины

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ
СПОРТА: ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе во 2 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомио-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования
Обеспечение безопасности	ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1	ОПК-1.1. Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомио-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы;	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомио-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы;

	<p>- специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>	<p>- специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>
	<p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <p>- определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</p>	<p>Умеет:</p> <p>- определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</p>
	<p>ОПК-1.3. Владеет навыками:</p> <p>- разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>	<p>Владеет навыками:</p> <p>- разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>
ОПК-3	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <p>- средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>	<p>Знает:</p> <p>- средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности;</p>

	- организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	- организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
	ОПК-3.2. Умеет: - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	Умеет: - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
	ОПК-3.3. Владеет навыками: - организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Владеет навыками: - организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-10	ОПК-10.1. Знает: - правила техники безопасности, профилактики травматизма.	Знает: - правила техники безопасности, профилактики травматизма.
	ОПК-10.2. Умеет: - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма.	Умеет: - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма.
	ОПК-10.3. Владеет навыками: - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.	Владеет навыками: - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.
ОПК-13	ОПК-13.1. Знает:	Знает:

	<p>- содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>- алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга.</p>	<p>- содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>- алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга.</p>
	<p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <p>- разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p>	<p>Умеет:</p> <p>- разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p>
	<p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <p>- методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за</p>	<p>Владеет:</p> <p>- методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта,</p>

	формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
--	---	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	50		50						
В том числе:									
Занятия лекционного типа	2		2						
Занятия семинарского типа (практические занятия)	48		48						
Промежуточная аттестация (зачет)	6		6						
Самостоятельная работа студента	52		52						
Общая трудоемкость	часы	108	108						
	зачетные единицы	3	3						

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

	Тема	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	История и современное состояние лыжного спорта	Предмет, задачи, организация, направленность и содержание курса лыжной подготовки. Требования к комплексной подготовке студентов. Характеристика видов лыжного спорта. Возникновение и этапы их развития. Выдающиеся спортсмены.	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта - технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы образования
2.	Классификация и терминология в лыжном спорте	Основные термины в лыжном спорте и их применение в практической работе. Классификация способов передвижения на лыжах.	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта; - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности Умеет: -проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.

3	Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах	<p>Основы техники передвижения на лыжах. Последовательность изучения способов передвижения на лыжах. Методика начального обучения технике передвижения на лыжах: «школа лыжника». Методика обучения программным способам передвижения на лыжах. Методы и методические приемы, используемые при обучении. Общая схема обучения.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теорию обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - особенности занимающихся различного пола и возраста - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма
4	Организация занятий по лыжной подготовке в различных звеньях системы физического воспитания	<p>Особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке. Формы проведения занятий. Структура, задачи и содержание занятий. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Содержание курса лыжной подготовки в учебных заведениях. Документы планирования учебного процесса по лыжной подготовке: учебный план, программа, график учебного процесса, рабочий план, план-конспект урока (раскрыть их содержание). Основной документ планирования – рабочий план. Документы учета: учебный журнал группы. Урок как основная форма организации занятий. Части урока и основные задачи. Конспект, его составные части. Выбор и подготовка мест занятий и инвентаря, учет метеорологических условий, подготовленности занимающихся, управление группой.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования; - правила техники безопасности, профилактики травматизма. - специфику и предметные аспекты планирования; - особенности занимающихся различного пола и возраста; - технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы образования - содержание и формы педагогического контроля в процессе обучения; - возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность обучающихся, проводить занятия физической культурой в сфере образования; - обеспечивать технику безопасности, проводить

			<p>мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой в рамках сферы образования. - осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом; - проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий физической культурой и спортом; - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований; -организации деятельности обучающихся, владеет методикой проведения занятий физической культурой в сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы образования - контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
5	Обеспечение техники безопасности на занятиях по	Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -правила техники безопасности, профилактики травматизма.

	<p>лыжной подготовке</p>	<p>соревнований по лыжной подготовке. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм и при обморожении. Лыжный инвентарь и снаряжение. Выбор и подготовка инвентаря к занятиям. Основные лыжные мази, порядок их использования в зависимости от t° воздуха и состояния снежного покрова, технология смазки лыж.</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований
6	<p>Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам и лыжной подготовке</p>	<p>Соревнования — составная часть учебно-тренировочного процесса. Документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований по лыжным гонкам (календарный план и положение о соревновании). Состав судейской коллегии, необходимый для проведения соревнований по лыжным гонкам. Основные мероприятия, проводимые на этапе подготовки соревнований по лыжным гонкам. Выбор, измерение и подготовка дистанций (трасс) для проведения соревнований по лыжным гонкам. Обязанности начальника трасс. Состав бригады судей на старте и финише. Составление заявки на участие в соревнованиях, проведение жеребьевки, документы, необходимые для непосредственного проведения соревнований. Основные положения из правил соревнований по лыжным гонкам. Особенности организации и проведения соревнований по приему</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма

		зачетных норм по курсу лыжной подготовки.	
7	Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием лыжной подготовки	Лыжный спорт как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий лыжным спортом на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Организация туристических походов и поездок за город, прогулок на лыжах. Обучение самоконтролю. Организация и проведение массовых соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования; - особенности занимающихся различного пола и возраста; - правила техники безопасности, профилактики травматизма; - содержание и формы педагогического контроля в процессе обучения; - возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма; - планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой в рамках сферы образования. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности обучающихся; - проведения занятий физической культурой в сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;
8	Использование лыжной подготовки в рекреационной деятельности	Организация и проведение самостоятельных занятий по лыжному спорту. Необходимые знания, умения, навыки.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить

		<p>мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма;</p> <p>- планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой.</p>
--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	<p>Лекция №1. Тема: «История и современное состояние лыжного спорта».</p> <p>Понятия: лыжный спорт и лыжная подготовка.</p> <p>Место лыжной подготовки в системе физического воспитания и ее значение в физкультурно-оздоровительной работе среди населения (в регионах со снежной зимой). Лыжная подготовка – начальный этап лыжного спорта. Предмет, задачи, организация, направленность и содержание курса лыжной подготовки. Требования к комплексной подготовке студентов.</p> <p>Классификация видов лыжного спорта и их характеристика. Возникновение и этапы их развития. Выдающиеся спортсмены.</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
5	<p>Практическое занятие №1 (аудитория).</p> <p>Тема: «Обеспечение техники безопасности на занятиях по лыжной подготовке».</p> <p>Значение правильно выбранного инвентаря и снаряжения для овладения программными способами передвижения на лыжах. Выбор лыж с учетом роста и веса занимающегося, конструктивные данные лыж. Характеристика лыжных палок и их выбор.</p> <p>Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по лыжным гонкам.</p> <p>Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм и при обморожении.</p>	2
5	<p>Практическое занятие №2: «Обеспечение техники безопасности на занятиях по лыжной подготовке».</p> <p>Выбор и подготовка учебной площадки, склона; правилами поведения занимающихся на учебном склоне – с целью предупреждения травматизма. Элементы оказания первой помощи.</p>	2
3	<p>Практическое занятие № 3: «Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах».</p> <p>Подводящие упражнения и наиболее простые способ передвижения на лыжах, используемыми в начальном обучении для формирования «чувства лыжи и снега».</p> <p>Обучение равновесию при скольжении на двух и одной лыже, переносу массы тела с одной лыжи на другую, отталкиванию лыжей и палками.</p> <p>Правила обращения с лыжным инвентарем, основные строевые приемы на лыжах.</p>	2
2	<p>Практическое занятие №4 (аудитория). Тема: «Классификация и терминология в лыжном спорте».</p>	2

	Классификация и терминология способов передвижения на лыжах. Основные признаки распределения способов передвижения на лыжах по различным группам. Понятие о технике передвижения на лыжах – системе движений, с помощью которой лыжник добивается наибольшей эффективности своих действий.	
3	Практические занятия №№ 5-6: «Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах». Изучение техники программных способов передвижения на лыжах: ОБХ, П2Х, ООХ, техники поворотов переступанием и плугом, торможения «плугом» и упором, стоек спусков, способов преодоления подъемов.	4
3	Практическое занятие №7 (аудитория). Тема: «Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах». «Основы техники передвижения на лыжах». Основные движения, выполняемые в лыжных ходах: отталкивания палками, лыжами, скольжение, согласование в работе рук и ног и их характеристика. Отличия в отталкивании лыжей – в классических и коньковых ходах. Характеристика способов передвижения на лыжах, используемых в программах по лыжной подготовке, техника их выполнения и условия применения.	2
3	Практические занятия № 8-9: Закрепить технику программных способов передвижения на лыжах: ОБХ, П2Х, ООХ. Изучить ООКХ, О2КХ. Изучить технику поворотов переступанием и плугом, торможения «плугом» и упором, стоек спусков, способов преодоления подъемов.	4
3	Практическое занятие №10 (аудитория). Тема: «Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах». Задачи обучения. Методы обучения и их применение при изучении техники передвижения на лыжах. Методические приемы и подводящие упражнения, используемые при обучении технике передвижения на лыжах на этапе первоначального обучения. Последовательность изучения программных способов передвижения на лыжах. Задачи, решаемые занимающимися в «школе лыжника»: научить управлять лыжами, отталкиваться лыжей и палкой от снега и переносить массу тела с одной лыжи на другую, уверенно скользить на двух лыжах и особенно на одной. Подводящие упражнения и техника наиболее простых способов передвижения на лыжах, используемые для решения задач «школы лыжника». Постановка общих и частных задач при обучении отдельному способу передвижения на лыжах и подбор средств для их решения. Предупреждение и исправление ошибок. Контроль и самоконтроль за освоением занимающимися элементов техники.	2
3	Практические занятия № 11-12: Закрепление техники поворотов переступанием и плугом, торможения «плугом» и упором, стоек спусков, способов преодоления подъемов. Последовательное изучение программных способов передвижения на лыжах, заостряя внимание занимающихся на постановке общих и частных задач и подборе методических приемов обучения, подводящих упражнений для их решения.	4
4	Практическое занятие №13 (аудитория). Тема: «Организация занятий по лыжной подготовке в различных звеньях системы физического воспитания». Особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке. Формы проведения занятий. Структура, задачи и содержание занятий. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Содержание курса лыжной подготовки в учебных заведениях. Документы планирования учебного процесса по лыжной подготовке: учебный план, программа, график учебного процесса, рабочий план, план-конспект урока (раскрыть их содержание). Основной документ планирования – рабочий план. Документы учета: учебный журнал группы. Урок как основная форма организации занятий. Части урока и основные задачи. Конспект, его составные части. Выбор и подготовка мест занятий и инвентаря, учет метеорологических условий, подготовленности занимающихся, управление группой.	2
4	Практическое занятие №14-15 Тема: «Организация занятий по лыжной подготовке в различных звеньях системы физического воспитания».	4

	Учебная практика студентов. Организация и проведение студентами фрагментов занятия по лыжной подготовке. Совершенствование техники программных способов передвижения на лыжах.	
7	Практическое занятие №16 (аудитория). Тема: «Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием лыжной подготовки». Место лыжной подготовки в системе физического воспитания и ее значение в физкультурно-оздоровительной работе среди населения в зимний период (в регионах со снежной зимой). Постановка цели и задач для занимающихся. Лыжный спорт как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий лыжным спортом на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Организация туристических походов и поездок за город, прогулок на лыжах. Обучение самоконтролю. Организация и проведение массовых соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2
7	Практическое занятие № 17-18 Тема: «Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием лыжной подготовки». Организация и проведение похода, используя лыжную подготовку. Совершенствование техники программных способов передвижения на лыжах.	4
8	Практическое занятие №19 (аудитория). Тема: «Использование лыжной подготовки в рекреационной деятельности». Организация и проведение самостоятельных занятий по лыжному спорту. Необходимые знания, умения, навыки. Методы самоконтроля.	2
8	Практические занятия №20-21 Тема: «Использование лыжной подготовки в рекреационной деятельности». Использование игрового метода на занятиях по лыжной подготовке. Организация прогулок с использованием лыжной подготовки. Осуществление самоконтроля за техникой передвижения на лыжах и самочувствием. Выбор мест занятий. Совершенствование техники программных способов передвижения на лыжах. Изучение техники коньковых способов передвижения на лыжах.	4
6	Практическое занятие №22 (аудитория). Тема: «Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам и лыжной подготовке». Соревнования — составная часть учебно-тренировочного процесса. Документы, регламентирующие организацию и проведение соревнований по лыжным гонкам (календарный план и положение о соревновании). Состав судейской коллегии, необходимый для проведения соревнований по лыжным гонкам. Основные мероприятия, проводимые на этапе подготовки соревнований по лыжным гонкам. Выбор, измерение и подготовка дистанций (трасс) для проведения соревнований по лыжным гонкам. Обязанности начальника трасс. Состав бригады судей на старте и финише. Составление заявки на участие в соревнованиях, проведение жеребьевки, документы, необходимые для непосредственного проведения соревнований. Основные положения из правил соревнований по лыжным гонкам. Особенности организации и проведения соревнований по приему зачетных норм по курсу лыжной подготовки.	2
6	Практическое занятие № 23-24 Тема: «Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам и лыжной подготовке». Ознакомление с подготовкой и организацией проведения соревнований по лыжным гонкам: оформлением стартового городка, порядком работы судейских бригад на старте и финише, подготовкой трассы. Прием нормативов.	4

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под научной редакцией С. В. Новаковского. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 125 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10153-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492125>
2. Мараховская, О.В. Особенности лыжной подготовки в физическом воспитании студентов специальных медицинских групп : учебное пособие / О.В. Мараховская, О.О. Фадина. - Москва : Советский спорт, 2021. - 87 с. : ил.
3. Мелентьева, Н.Н. Лыжный спорт. Обучение спускам со склонов и торможениям на лыжах : учебное пособие / Н.Н. Мелентьева, Н.В. Румянцева. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 72 с.
4. Михалёнок, Е.В. Лыжный спорт и методика преподавания. Курс лекций : учебное пособие / Е.В. Михалёнок, И.Л. Александрович. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 81 с.
5. Реуцкая, Е.А. Лыжный спорт: теория и методика : учебное пособие / Е.А. Реуцкая, Я.С. Романова; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2020. — 198 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
6. Скорохватова, Г.В. Зимние виды спорта на снегу. Олимпийские дисциплины : учебное пособие / Г.В. Скорохватова, З.Ю. Ансимова, Ю.Я. Лобанов; Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена ; под ред. Г. В. Скорохватовой. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 359, [1] с. : ил.
7. Скрипкина, Т.М. Теория и методика лыжного спорта. Техническое и технологическое обеспечение занятий и подготовка инвентаря, оборудования в лыжном спорте : учебное пособие / Т.М. Скрипкина, В.С. Жукова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Реноме, 2021. - 108 : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
8. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт [Текст] : учебник / Г.А. Сергеев [и др.]; под ред. Г. А. Сергеева. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 168, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения [Текст] : учебник / И.С. Барчуков. - Москва : Кнорус, 2014. - 297 с. : ил.
2. Грушин, А.А. Спортивная подготовка высококвалифицированных лыжниц-гонщиц на стадии максимальной реализации спортивных достижений [Текст] : учебное пособие / А.А. Грушин, А.Г. Баталов. - Москва : Физическая культура, 2014. - 106 с. : ил.
3. Зданович, О.С. Пропедевтика в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.С. Зданович, В.В. Зибзеев. - Чайковский : [б. и.], 2014. — 143 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Иванова, С.Ю. Физическая культура: лыжная подготовка студентов вуза : учебное пособие / С.Ю. Иванова, Р.В. Конькова, Е.В. Сантеева. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2011. - 150 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1174-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232501>
5. Корельская, И.Е. Лыжный спорт с методикой преподавания : учебное пособие / И.Е. Корельская ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова. -

- Архангельск : САФУ, 2015. - 114 с. - Библиогр.: с. 110. - ISBN 978-5-261-01062-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436420>
6. Плохой, В.Н. Подготовка юных лыжников-гонщиков и ее особенности в биатлоне, двоеборье и роллерах [Текст] : научно-методическое пособие / В.Н. Плохой. - [2-е изд., испр. и доп.]. - Москва : Спорт : Человек, 2018. - 275, [2] с. : ил.
 7. Лыжный спорт [Текст] : учебник / под общ. ред. В. В. Фарбея и Г. В. Скорохватовой. - 2- изд., испр. и доп. - СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2007. - 623 с. : ил.
 8. Сорокин, С.Г. Лыжный спорт в высших учебных заведениях (на примере лыжных гонок) : учебное пособие / С.Г. Сорокин, В.Г. Турманидзе ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. - Омск : ОмГУ им. Ф.М. Достоевского, 2017. - 112 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7779-2145-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563139>
 9. Смирнов, А.А. Технология выбора лыж и смазки в зависимости от погодных условий [Текст] : учебное пособие / А.А. Смирнов. - Санкт-Петербург : Олимп-СПб, 2012. - 91 с.
 10. Технология спортивной тренировки в лыжном спорте : учебное пособие / А. А. Аввакуменков, Н. А. Багин, А. С. Гусев [и др.]. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2017. — 222 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/151160>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link%20isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: лыжная подготовка» необходимы:

- комплекты лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки, крепления) – не менее 50 штук разного размера;
- учебная лыжная площадка, учебная лыжня, учебный склон, лыжные трассы;
- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран);

- помещение для хранения и подготовки спортивного инвентаря.

Учебные занятия по дисциплине «Теория и методика обучения лыжной подготовке» проводятся на базе многофункционального учебно-тренировочного центра «Кавголово».

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики атлетизма

Рабочая программа дисциплины

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ
СПОРТА: САМБО**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 6 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования
Обеспечение безопасности	ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма.
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1	ОПК-1.1. Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии

	<p>физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>ОПК-1.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
ОПК-3	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; - организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>ОПК-3.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; - организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-10	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма.

	<p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. <p>ОПК-10.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.
ОПК-13	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	36						36		
В том числе:									
Занятия лекционного типа	2						2		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	34						34		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	30						30		
Общая трудоемкость	часы						72		
	зачетные единицы	2					2		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде «знать, уметь, владеть»
1.	Возникновение, развитие и современное состояние самообороны	История, возникновение и развитие самообороны. Современные тенденции. Педагогическая, психологическая, физиологическая, биомеханическая характеристика самообороны. Роль самообороны в профессионально-личностном развитии.	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. Умеет: - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.

			<p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
2.	Техника самообороны и методика обучения	<p>Понятие техника самообороны, технический прием. Фазовая структура технических приемов самообороны в нападении и защите. Методика обучения техническим приемам самообороны. Средства и методы обучения техническим приемам самообороны. Контроль практических умений и навыков.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; - организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
3.	Проведение учебно-тренировочных занятий различной направленности по самообороне	Проведение УТЗ в различных периодах годового цикла	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований.
4.	Повышение технико-тактического мастерства в самообороне	Разучивание атакующих, защитных, и тактических схем ведения поединка	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. <p>Умеет:</p>

			<p>- разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеет:</p> <p>- методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.</p>
5	<p>Формирование умений и навыков в индивидуализации подготовки в самообороне</p>	<p>Тренировка взаимодействий в различных тактических схемах</p> <p>Выбор индивидуального стиля поведения в экстремальных ситуациях.</p> <p>Совершенствование атакующих действий в ситуации выбора между альтернативными действиями.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

			культурой и спортом.
6	Совершенствование техники обучения сложным технико-тактическим действиям в самообороне	Совершенствование атакующих и защитных действий в ситуациях выбора между альтернативными действиями. Совершенствование техники атакующих, защитно-ответных и контратакующих действий	Знает средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. Умеет организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования. Владеет навыками организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
7	Соревновательная практика и практика судейства	Совершенствование приёмов самообороны в соревновательных условиях Практика судейства	Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. Умеет: - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. Владеет: - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической

		культурой и спортом.
--	--	----------------------

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
1	Лекция № 1. «Возникновение, развитие и современное состояние самообороны». История, возникновение и развитие самообороны Современные тенденции. Педагогическая, психологическая, физиологическая, биомеханическая характеристика самообороны. Роль самообороны в профессионально-личностном развитии.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
6 СЕМЕСТР		
1	Практические занятия № 1. Основные положения о проведении занятий по самообороне. Основы техники самообороны: основные стойки, приёмы защиты и нападения	6
2	Практические занятия № 2. Совершенствование техники борьбы: техника атакующих и защитных действий, перемещения по ковру.	6
3	Практические занятия № 3. Проведение учебно-тренировочных, учебных и тренировочных занятий в различных периодах годового цикла с различными группами занимающихся.	6
4	Практические занятия № 4. Совершенствование технико-тактического мастерства	4
5	Практические занятия № 5. Формирование умений и навыков при определении и выборе индивидуальных стилей ведения поединка.	4
6	Практические занятия № 6. Совершенствование индивидуальной техники атакующих и защитных действий при реализации различных тактических схем ведения поединка.	4
7	Практические занятия № 7. Учебные, учебно-тренировочные и соревновательные схватки. Изучение правил судейства, судейство соревнований.	4

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Жданкина, Е. Ф. Физическая культура. Лыжная подготовка : учебное пособие для вузов / Е. Ф. Жданкина, И. М. Добрынин ; под научной редакцией С. В. Новаковского. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 125 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10153-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492125>
2. Мараховская, О.В. Особенности лыжной подготовки в физическом воспитании студентов специальных медицинских групп : учебное пособие / О.В. Мараховская, О.О. Фадина. - Москва : Советский спорт, 2021. - 87 с. : ил.
3. Мелентьева, Н.Н. Лыжный спорт. Обучение спускам со склонов и торможениям на лыжах : учебное пособие / Н.Н. Мелентьева, Н.В. Румянцева. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 72 с.

4. Михалёнок, Е.В. Лыжный спорт и методика преподавания. Курс лекций : учебное пособие / Е.В. Михалёнок, И.Л. Александрович. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 81 с.
5. Реуцкая, Е.А. Лыжный спорт: теория и методика : учебное пособие / Е.А. Реуцкая, Я.С. Романова; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2020. - 198 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
6. Скорохватова, Г.В. Зимние виды спорта на снегу. Олимпийские дисциплины : учебное пособие / Г.В. Скорохватова, З.Ю. Ансимова, Ю.Я. Лобанов; Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена ; под ред. Г. В. Скорохватовой. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 359, [1] с. : ил.
7. Скрипкина, Т.М. Теория и методика лыжного спорта. Техническое и технологическое обеспечение занятий и подготовка инвентаря, оборудования в лыжном спорте : учебное пособие / Т.М. Скрипкина, В.С. Жукова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Реноме, 2021. - 108 : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
8. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Лыжный спорт [Текст] : учебник / Г.А. Сергеев [и др.]; под ред. Г. А. Сергеева. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 168, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения [Текст] : учебник / И.С. Барчуков. - Москва : Кнорус, 2014. - 297 с. : ил.
2. Грушин, А.А. Спортивная подготовка высококвалифицированных лыжниц-гонщиц на стадии максимальной реализации спортивных достижений [Текст] : учебное пособие / А.А. Грушин, А.Г. Баталов. - Москва : Физическая культура, 2014. - 106 с. : ил.
3. Зданович, О.С. Пропедевтика в прыжках на лыжах с трамплина и лыжном двоеборье [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.С. Зданович, В.В. Зеззеев. - Чайковский : [б. и.], 2014. - 143 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Иванова, С.Ю. Физическая культура: лыжная подготовка студентов вуза : учебное пособие / С.Ю. Иванова, Р.В. Конькова, Е.В. Сантьева. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2011. - 150 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1174-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232501>
5. Корельская, И.Е. Лыжный спорт с методикой преподавания : учебное пособие / И.Е. Корельская ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова. - Архангельск : САФУ, 2015. - 114 с. - Библиогр.: с. 110. - ISBN 978-5-261-01062-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436420>
6. Плохой, В.Н. Подготовка юных лыжников-гонщиков и ее особенности в биатлоне, двоеборье и роллерах [Текст] : научно-методическое пособие / В.Н. Плохой. - [2-е изд., испр. и доп.]. - Москва : Спорт : Человек, 2018. - 275, [2] с. : ил.
7. Лыжный спорт [Текст] : учебник / под общ. ред. В. В. Фарбея и Г. В. Скорохватовой. - 2-изд., испр. и доп. - СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2007. - 623 с. : ил.
8. Сорокин, С.Г. Лыжный спорт в высших учебных заведениях (на примере лыжных гонок) : учебное пособие / С.Г. Сорокин, В.Г. Турманидзе ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. - Омск : ОмГУ им. Ф.М. Достоевского, 2017. - 112 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7779-2145-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563139>
9. Смирнов, А.А. Технология выбора лыж и смазки в зависимости от погодных условий [Текст] : учебное пособие / А.А. Смирнов. - Санкт-Петербург : Олимп-СПб, 2012. - 91 с.
10. Технология спортивной тренировки в лыжном спорте : учебное пособие / А. А. Аввакуменков, Н. А. Багин, А. С. Гусев [и др.]. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2017. — 222

с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/151160>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link_isexternal\)](http://window.edu.ru/(link_isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link_isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link_isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Специализированный зал борьбы с современными тренажёрами и борцовским ковром для занятий греко-римской борьбой, вольной борьбой, дзюдо и самбо.

Специализированная аудитория с наличием современных мультимедийных средств: телевизор, DVD-проигрыватель и DVD-диски с записями выступления борцов высокой квалификации. Мультимедийный комплекс (проектор, ноутбук и экран для проектора). Компьютер с выходом в интернет.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики спортивных игр

Рабочая программа дисциплины

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ
СПОРТА: СПОРТИВНЫЕ И ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3 и 4 семестрах по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет, дифференцированный зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомио-морфологических, физиологических и психических особенностей, занимающихся различного пола и возраста
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования
Обеспечение безопасности	ОПК-10. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма
Контроль и анализ	ОПК-12. Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки

2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-1	ОПК-1.1. Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомио-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития; - основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомио-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития; - основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.

	<p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.
	<p>ОПК-1.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
ОПК-3	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
	<p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
	<p>ОПК-3.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. 	<p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-10	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила техники безопасности, профилактики травматизма.
	<p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности, проводить мероприятия по предупреждению и профилактике травматизма.

	<p>ОПК-10.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований 	<p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения техники безопасности, предупреждения и профилактики травматизма при проведении занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований
ОПК-13	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга.
	<p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.
	<p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	148			66	82				
В том числе:									
Занятия лекционного типа	12			6	6				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	136			60	76				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет)	12			6	6				
Самостоятельная работа студента	56			36	20				
Общая трудоемкость	часы	216		108	108				
	зачетные единицы	6		3	3				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Возникновение, развитие и современное состояние спортивной игры, подвижных игр.	<p>Подвижные игры История возникновения и развития подвижных игр. Общая характеристика подвижных игр.</p> <p>Баскетбол История возникновения и развития баскетбола, общая характеристика и правила игры.</p> <p>Волейбол История возникновения и развития волейбола, общая характеристика и правила игры.</p> <p>Гандбол История возникновения и развития гандбола, общая характеристика и правила игры.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю и современное состояние подвижных и спортивных игр, её место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды подвижных и спортивных игр как базового вида спорта; - воспитательные возможности занятий подвижных и спортивных игр; - терминологию подвижных и спортивных игр; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - правила и организацию соревнований в подвижных и спортивных играх; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр;
2	Классификация и терминология в спортивных и подвижных играх.	<p>Подвижные игры Классификация и терминология в подвижных играх.</p> <p>Баскетбол Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры баскетбол.</p> <p>Волейбол</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию и классификацию в подвижных и спортивных играх; - терминологию спортивных и подвижных игр; - значение и виды подвижных и спортивных игр как базового вида спорта; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и

		<p>Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры волейбол.</p> <p>Гандбол Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры гандбол.</p>	<p>оборудованию на занятиях и соревнованиях по подвижным и спортивным играм;</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр;
3	Техника спортивной игры и методика обучения.	<p>Баскетбол Техника игры и методика обучения. Технические действия игры в нападении в баскетболе: Ведение, передача, ловля мяча. Бросок мяча. Выполнение технических приемов игры*. Тактика игры и методика обучения. Техничко-тактические действия игры в нападении. Взаимодействия игроков в нападении. Нападение с центровым игроком. Групповые тактические действия в нападении. Взаимодействия «тройка». Командные тактические действия в нападении. Быстрый прорыв. Позиционное нападение. Техничко-тактические действия игры в защите. Личная защита. Зонная защита.</p> <p>Волейбол Техника игры и методика обучения. Технические приемы игры в нападении. Передача двумя руками сверху, нижняя прямая подача. Передача двумя руками снизу. Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар. Технические приемы игры в защите. Блокирование. Прием мяча после подачи. Выполнение технических приемов игры волейбол*. Тактика игры и методика обучения. Индивидуальная тактика игры в нападении и защите. Групповая тактика игры в нападении. Групповая тактика игры в защите. Командная тактика игры в</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию и классификацию в подвижных и спортивных играх; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по спортивным и подвижным играм; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - способы оценки результатов обучения в подвижных и спортивных играх. - основы обучения спортивным и подвижным играм; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - особенности занятий подвижными и спортивными играми, с учащимися различных медицинских групп. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по спортивным и подвижным играм; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по спортивным и подвижным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по спортивным и подвижным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей

		<p>нападении и защите.</p> <p>Гандбол Техника игры и методика обучения. Технические приемы игры в нападении в гандболе. Технические приемы игры в нападении и защите в гандболе. Выполнение технико-тактических действий в гандболе. * Тактика игры и методика обучения. Индивидуальные технико-тактические действия в нападении и защите в гандболе. Действия при ловле, передаче мяча в гандболе. Действия при бросках мяча в гандболе. Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите. Зонная защита. Боковой заслон. Быстрый прорыв</p>	<p>подвижных и спортивных играх; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивным и подвижным играм; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;</p> <p>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по спортивным и подвижным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию спортивных и подвижных игр; - распределять на протяжении занятия средства подвижных и спортивных игр с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнять упражнения подвижных и спортивных игр ; - использовать средства подвижных и спортивных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств подвижных и спортивных игр;</p> <p>-контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств подвижных и спортивных игр;</p> <p>- оценивать качество выполнения упражнений и определять ошибки в технике подвижных и спортивных игр;</p> <p>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений подвижных и спортивных игр, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования;</p> <p>- использовать систему нормативов и</p>
--	--	--	--

			<p>методик контроля физической подготовленности, занимающихся на занятиях по подвижным и спортивным играм; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по спортивным и подвижным играм; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств подвижных и спортивных игр. - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся
4	Организация и проведение спортивных и подвижных игр в образовательных учреждениях	<p>Подвижные игры</p> <p>Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для детей дошкольного возраста. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для учащихся 1-4 классов. Содержание и методика проведения подвижных игр на</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию и классификацию в подвижных и спортивных играх; - принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по спортивным и подвижным играм; - содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - способы оценки результатов обучения в подвижных и спортивных играх. - основы обучения спортивным и подвижным играм; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;

		<p>уроках физического воспитания в 5-9 классах. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для учащихся 5-9 классов. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 10-11 классах. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для учащихся 10-11 классов. Содержание и методика проведения подвижных игр во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр в занятиях по различным видам спорта. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях со студентами. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр в занятиях со студентами. Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс народных, национальных подвижных игр. Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими</p>	<p>содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств подвижных и спортивных игр; - особенности занятий подвижными и спортивными играми, с учащимися различных медицинских групп. Умеет: - ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по спортивным и подвижным играм; - решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по спортивным и подвижным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; - определять средства и величину нагрузки на занятиях по спортивным и подвижным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей подвижных и спортивных игр; - определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по спортивным и подвижным играм. - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по подвижным и спортивным играм с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по спортивным и подвижным играм в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию спортивных и подвижных игр; - распределять на протяжении занятия средства подвижных и спортивных игр с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнять упражнения подвижных и</p>
--	--	---	--

		<p>отклонения в состоянии здоровья. Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Комплекс подвижных игр для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Организация и проведение подвижной игры по заданию. Учебная практика студентов по заданию.</p> <p>Баскетбол Проведение занятия по баскетболу в общеобразовательной школе.</p> <p>Волейбол Проведение занятия по волейболу в общеобразовательной школе.</p> <p>Гандбол Проведение занятия по гандболу в общеобразовательной школе.</p>	<p>спортивных игр; - использовать средства подвижных и спортивных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС); - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств подвижных и спортивных игр; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств подвижных и спортивных игр; - оценивать качество выполнения упражнений и определять ошибки в технике подвижных и спортивных игр; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений подвижных и спортивных игр, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности, занимающихся на занятиях по подвижным и спортивным играм; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планирования занятий по спортивным и подвижным играм; - планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств подвижных и спортивных игр; - владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с
--	--	---	---

			использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся.
5	Обеспечение техники безопасности при занятиях спортивными и подвижными играми	<p>Подвижные игры Содержание и методика проведения подвижных игр с различным двигательным содержанием.</p> <p>Баскетбол Обеспечение техники безопасности при занятиях баскетболом.</p> <p>Волейбол Обеспечение техники безопасности при занятиях волейболом.</p> <p>Гандбол Обеспечение техники безопасности при занятиях гандболом.</p>	<p>Знает: - санитарно-гигиенические требования к занятиям подвижными и спортивными играми, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий подвижными и спортивными играми; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств подвижных и спортивных игр;</p> <p>Умеет: - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений спортивных и подвижных игр; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм; - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по подвижным и спортивным играм.</p> <p>Имеет опыт: - обеспечения безопасности при проведении тренировочного занятия по подвижным и спортивным играм; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</p>
6	Организация и проведение соревнований по подвижным и спортивным играм	<p>Баскетбол Организация и проведение соревнований по баскетболу.</p> <p>Волейбол Организация и проведение соревнований по волейболу.</p> <p>Гандбол Организация и проведение соревнований по гандболу.</p>	<p>Знает: - правила и организацию соревнований в подвижных и спортивных играх; - способы оценки результатов обучения в подвижные и спортивные игры; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования,</p>

			<p>дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр;</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях; - использовать существующие методики проведения соревнований по подвижным и спортивным играм, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по подвижным и спортивным играм; - использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности, занимающихся на занятиях по подвижным и спортивным играм. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся
--	--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 3 СЕМЕСТР ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	<p>Лекция №1. (Тема 1.1. История возникновения и развития подвижных игр) Этапы возникновения и развития подвижных игр. Развитие подвижных игр в России. Созидательная роль подвижных игр во всех отраслях жизнедеятельности человека.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Место подвижных игр в системе физического воспитания. 2. История возникновения и развития подвижных игр. 3. Развитие Отечественной теории подвижных игр. 4. Подвижные игры как феномен общекультурных и социальных ценностей современного общества. 	2
1	<p>Лекция №2. (Тема 1. 2. Общая характеристика подвижных игр) Подвижные игры как вид двигательной деятельности. Характеристика и влияние подвижных игр на организм занимающихся. Функции подвижных игр.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подвижные игры как средство и метод физического воспитания. 2. Значение подвижных игр в системе спортивной подготовки. 3. Функции подвижных игр. 4. Характеристика двигательной деятельности в подвижных играх. 	2
2	<p>Лекция №3. (Тема 2.1. Классификация и терминология в подвижных играх)</p>	2

	<p>Подвижные игры как предмет изучения. Основные понятия: игра, игровой метод, подвижная игра, содержание подвижной игры, форма подвижной игры, методические особенности подвижной игры. Народные подвижные игры, творческие подвижные игры, организованные подвижные игры, некомандные подвижные игры, переходные подвижные игры, командные подвижные игры, спортивные игры, предмет игры. Варианты группировок подвижных игр.</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предмет и основные понятия подвижных игр. 2. Педагогическая группировка подвижных игр. 	
--	---	--

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
5	<p>Занятие № 1. (Тема 5.1. Содержание и методика проведения подвижных игр с различным двигательным содержанием)</p> <p>План занятия: Техника безопасности при проведении: некомандных, переходных и командных подвижных игр. Направленность содержания П.И.: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, формирование двигательного опыта, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств. Техника безопасности при проведении: линейных, встречных и круговых эстафет.</p>	2
4	<p>Занятие № 2. (Тема 4.1. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками)</p> <p>План занятия: Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ. ПИ-средство, форма и метод физического воспитания дошкольников. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности дошкольников, формы занятий, место и условия проведения, инвентарь. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, формирование двигательного опыта, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p>	2
4	<p>Занятие № 3. (Тема 4.1. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками)</p> <p>План занятия: Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, формирование двигательного опыта, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс подвижных игр для детей дошкольного возраста.</p>	2
4	<p>Занятие № 4 (Тема 4.1. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками.)</p> <p>План занятия:</p>	2

	«Классификация подвижных игр. Содержание, методика организации и проведения подвижных игр с дошкольниками» - Опрос	
4	<p>Занятие № 5 (Тема 4.2. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах)</p> <p>План занятия: Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся 1-4 классах, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p>	2
4	<p>Занятие № 6 (Тема 4.2. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 1-4 классах)</p> <p>План занятия: 1. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. 2. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. 3. Комплекс подвижных игр для учащихся 1-4 классов.</p>	2
4	<p>Занятие № 7 (Тема 4.3. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 5-9 классах)</p> <p>План занятия: Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся 5-9 классах, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p>	2
4	<p>Занятие №8 (Тема 4.3. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 5-9 классах)</p> <p>План занятия: 1. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. 2. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве</p>	2

	<p>помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p> <p>3. Комплекс подвижных игр для учащихся 5-9 классов.</p>	
4	<p>Занятие № 9 (Тема 4.4. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 10-11 классах)</p> <p>План занятия: Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся 10-11 классах, структура урока физического воспитания, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Классы ПИ: некомандные, переходные, командные. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p>	2
4	<p>Занятие №10 (Тема 4.4. Содержание и методика проведения подвижных игр на уроках физического воспитания в 10-11 классах)</p> <p>План занятия: 1. Педагогическое значение ПИ: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие памяти и речи, формирование социально-значимых взаимоотношений. 2. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. 3. Комплекс подвижных игр для учащихся 10-11 классов.</p>	2
4	<p>Занятие № 11 (Тема 4.5. Содержание и методика проведения подвижных игр во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе)</p> <p>План занятия: Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся, неурочные формы занятия, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Классы ПИ и примеры ПИ во внеурочных и внешкольных занятиях. Направленность содержания ПИ: организация активного отдыха, организация активного отдыха, организация досуга. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс подвижных игр во внеурочных и внеклассных формах физического воспитания в школе.</p>	2
4	<p>Занятие № 12 (Тема 4.5. Содержание и методика проведения подвижных игр во внеурочных и внешкольных формах физического воспитания в школе.)</p> <p>План занятия: Классы ПИ и примеры ПИ во внеурочных и внешкольных занятиях. Направленность содержания ПИ: организация активного отдыха, организация активного отдыха, организация досуга. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p>	2

	Комплекс подвижных игр во внеурочных и внеклассных формах физического воспитания в школе.	
4	Занятие № 13 План занятия: «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в общеобразовательной школе» - Опрос	2
4	Занятие № 14 План занятия: «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в общеобразовательной школе» - Опрос	2
4	Занятие № 15 (Тема 4.6. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта) План занятия: Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод спортивной подготовки. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности занимающихся, структура тренировочного занятия, виды спортивной подготовки, периоды спортивной тренировки. Примеры в различных видах спорта: ПИ в занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, лыжным спортом, борьбой, плаванием, спортивными играми. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие № 16 (Тема 4.6. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта) План занятия: Примеры в различных видах спорта: ПИ в занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, лыжным спортом, борьбой, плаванием, спортивными играми. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс подвижных игр в занятиях по различным видам спорта.	2
4	Занятие № 17 (Тема 4.6. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта.) План занятия: «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта» - Учебная практика	2
4	Занятие №18 (Тема 4.6. Содержание и методика проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта.) План занятия: «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в занятиях по различным видам спорта» - Учебная практика	2
4	Занятие № 19 (Тема 4.7. Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях со студентами) План занятия: Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод спортивной подготовки. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности занимающихся, структура тренировочного занятия. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	2

4	<p>Занятие № 20 (Тема 4.8. Содержание и методика проведения подвижных игр в спортивно-массовой работе)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание и методика проведения подвижных игр в фитнесе. Комплекс подвижных игр. 2. Содержание и методика проведения подвижных игр в оздоровительных лагерях. Комплекс подвижных игр. 3. Содержание и методика проведения подвижных игр во время тимбилдинга. Комплекс подвижных игр. 4. Соревнования по подвижным играм. Комплекс подвижных игр. 	2
4	<p>Занятие № 21 (Тема 4.9. Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр)</p> <p>План занятия:</p> <p>Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания и ПИ - как средство народной педагогики. Факторы, определяющие выбор ПИ: возрастные особенности учащихся, неурочные формы занятия, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся и культура, и быт народа, условия проживания народа. Классы ПИ и примеры народных ПИ: некомандные, переходные, командные и русские народные игры, игры народов мира. Направленность содержания ПИ: организация активного отдыха, организация досуга.</p> <p>6. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.</p>	2
4	<p>Занятие № 22 (Тема 4.9. Содержание и методика проведения народных, национальных подвижных игр)</p> <p>План занятия:</p> <p>Направленность содержания ПИ: организация активного отдыха, организация досуга. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс народных, национальных подвижных игр.</p>	2
4	<p>Занятие № 23 (Тема 4.10. Организация и проведение подвижной игры по заданию)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Деятельность педагога по руководству подвижной игрой. 2. Характеристика элементов деятельности: выбор игры, подготовка места и инвентаря к проведению игры, руководство игрой, подведение итогов. 3. Правила написания конспекта подвижной игры. 4. Распределение заданий для самостоятельного проведения подвижной игры. 	2
4	<p>Занятие № 24 (Тема 4.9. Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья)</p> <p>План занятия:</p> <p>Содержание учебного материала темы в виде логической структуры. Значение ПИ: ПИ-средство, форма и метод физического воспитания и ПИ - как средство АФК. Факторы, определяющие выбор ПИ: особенности учащихся с отклонениями в состоянии здоровья, формы занятия, место и условия проведения, инвентарь, Классы ПИ и примеры ПИ: некомандные, переходные, командные. Содержание ПИ с учетом особенностей отклонений в состоянии здоровья. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя</p>	2

	игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя.	
4	Занятие № 25 (Тема 4.9. Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья) План занятия: Содержание ПИ с учетом особенностей отклонений в состоянии здоровья. Методика обучения: изучение последовательности деятельности руководителя игры, изучение ПИ в качестве участника, изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве руководителя. Комплекс подвижных игр для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.	2
4	Занятие № 26 «Содержание и методика проведения подвижных игр с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья» – Опрос	2
4	Занятие № 27 (Тема 4.11: Учебная практика студентов по заданию) «Проведение подвижной игры по заданию» - УЧЕБНАЯ ПРАКТИКА План занятия: Проведение подвижной игр по заданию (контроль практических умений). Предоставление конспекта игры по заданию. Руководство участниками ПИ. Изучение ПИ в качестве руководителя.	2
4	Занятие № 28 (Тема 4.11: Учебная практика студентов по заданию) План занятия: Анализ и оценка проведения подвижной игр по заданию (контроль практических умений). Анализ конспекта игры по заданию. Анализ руководства участниками ПИ. Изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве участника игры.	2
4	Занятие № 29 (Тема 4.11: Учебная практика студентов по заданию) План занятия: Анализ и оценка проведения подвижной игр по заданию (контроль практических умений). Анализ конспекта игры по заданию. Анализ руководства участниками ПИ. Изучение ПИ в качестве помощника, изучение ПИ в качестве участника игры.	2
4	Занятие №30 План занятия: «Содержание, методика организации и проведения подвижных игр в урочных и неурочных формах физического воспитания» - Опрос	2

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 4 СЕМЕСТР

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
РАЗДЕЛ БАСКЕТБОЛ		
1	ЛЕКЦИЯ № 1. (Тема 1.1. История возникновения и развития баскетбола, общая характеристика и правила игры. Тема 2.1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры баскетбол.) План лекции: 1. История возникновения и развития баскетбола. 2. Общая характеристика игры баскетбол. 3. Правила игры. 4. Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры	2

	баскетбол.	
РАЗДЕЛ ВОЛЕЙБОЛ		
1	<p>ЛЕКЦИЯ № 1 (Тема 1.1. История возникновения и развития волейбола, общая характеристика и правила игры. Тема 2.1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры волейбол)</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. История возникновения и развития волейбола. 2. Общая характеристика игры волейбол. 3. Правила игры волейбол. 4. Классификация техники и тактики игры волейбол. 	2
РАЗДЕЛ ГАНДБОЛ		
1	<p>ЛЕКЦИЯ № 1 (Тема 1. 1. История возникновения и развития гандбола, общая характеристика и правила игры. Тема 2.1. Систематика, терминология и классификация техники и тактики игры гандбол)</p> <p>План лекции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. История возникновения и развития гандбола. 2. Общая характеристика игры в гандбол. 3. Правила игры гандбол. 4. Классификация техники и тактики игры в гандболе. 	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
РАЗДЕЛ БАСКЕТБОЛ		
5 3	<p>Занятие № 1</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Техника безопасности на занятиях баскетболом. 2. Передвижения, остановки, повороты. 3. Школа мяча (держание, катание, жонглирование мяча). 3. Подвижные игры с элементами баскетбола. 	2
3	<p>Занятие № 2</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении. 2. Ведение мяча (на месте, в движении, с изменением скорости и направления движения, переводы мяча). 3. Подвижные игры с элементами баскетбола. 	2
3	<p>Занятие № 3</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча в сочетании с ловлей и различными видами передач мяча в движении (поступательные, последовательные, длинные через всю площадку). 2. Бросок одной рукой сверху с места с ближней и средней дистанций, штрафной бросок. 3. Подвижные игры с элементами баскетбола. 	2
3	<p>Занятие № 4</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Броски в корзину одной рукой сверху в движении (после ведения, после ловли). 2. Подбор мяча. 3. Выполнение контрольных упражнения. Оценка технических навыков 	2
3	<p>Занятие №5</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Технические приемы защиты (выбивание, вырывание, перехват, накрывание). <p>Основы тактики индивидуальной защиты на игроке с мячом.</p>	2

	2. Индивидуальные тактические действия игрока с мячом. Основы обыгрыша 1x1 3. Учебная игра в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	
3	Занятие № 6 План занятия: 1. Основы тактики игры в нападении без мяча (выход для получения мяча, входы к кольцу). 2. Основы тактики индивидуальной защиты на игроке на игроке без мяча. 3. Учебная игра в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	2
3	Занятие № 7 План занятия: 1. Противодействие открыванию и входам. 2. Взаимодействие нападающих при розыгрыше ситуации большинства 2x1. Защита в меньшинстве 1x2. 3. Учебная игра в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	2
3 6	Занятие № 8 План занятия: 1. Взаимодействие нападающих «Передал мяч - выходи». 2. Основы групповых тактических взаимодействий в защите. 1. 3. Учебная игра, практика судейства.	2
3 6	Занятие № 9 План занятия: 1. Взаимодействие игроков нападения «Заслон игроку с мячом». 2. Взаимодействие игроков защиты против заслона игроку с мячом (проскальзывание, переключение). 3. Учебная игра, практика судейства.	2
3 6	Занятие № 10 План занятия: 1. Основы командного взаимодействия в нападении «Быстрый прорыв». Основы противодействия быстрому прорыву (защита в меньшинстве). 2. Основы специального нападения при вбрасываниях (в тыловой зоне, в передовой зоне). 3. Учебная игра в баскетбол, практика судейства.	2
РАЗДЕЛ ВОЛЕЙБОЛ		
3	Занятие № 1 (Тема 3.1. Технические приемы игры в нападении Тема 5. 1. История появления и развития волейбола. Правила игры в волейбол. План занятия: 1. История возникновения игры в волейбол. 2. Развитие волейбола в СССР и РФ. 3. Правила игры в волейбол. 4. Характеристика и классификация игры в волейбол.	2
4	Занятие № 2 (Тема 4.1. Теоретические основы знаний по волейболу. Тема 3.1. Технические приемы игры в нападении Тема 6.1. Организация и проведение соревнований по волейболу. Тема 5.1. Обеспечение техники безопасности при занятиях волейболом) План занятия: 1. Технические приёмы игры в нападении. Модель техники. 2. Технические приёмы игры в защите. Модель техники. 3. Тактика игры в нападении. 4. Тактика игры в защите. 5. Основные судейские жесты. Дисквалификация и штрафные санкции, применяемые при нарушениях правил. Проведение соревнований по волейболу.	2
3	Занятие № 3 (Тема 3.1 Технические приемы игры в нападении) План занятия: 1. Перемещения, стойки и остановки игрока. Передача двумя руками сверху и снизу.	2

	<p>2. Нижние подачи.</p> <p>3. Учебная игра волейбол.</p> <p>4. Оценка судейских навыков студентов.</p>	
3	<p>Занятие № 4 (Тема 3.1 Технические приемы игры в нападении)</p> <p>План занятия:</p> <p>1. Прямой нападающий удар в опорном положении.</p> <p>2. Прием мяча двумя руками снизу после подачи.</p> <p>3. Верхняя прямая подача.</p> <p>4. Учебная игра волейбол.</p>	2
3	<p>Занятие № 5 (Тема 3.1. Технические приемы игры в защите)</p> <p>План занятия:</p> <p>1. Прямой нападающий удар в безопорном положении.</p> <p>2. Блокирование (одиночное, групповое).</p> <p>3. Прием нападающего удара.</p> <p>4. Оценка судейских навыков студентов.</p>	2
3	<p>Занятие № 6 (Тема 3.2. Индивидуальная тактика игры в нападении и защите)</p> <p>План занятия:</p> <p>1. Индивидуальные действия в нападении.</p> <p>2. Индивидуальные действия в защите.</p> <p>3. Учебная игра волейбол.</p> <p>4. Оценка судейских навыков студентов</p>	2
3	<p>Занятие № 7 (Тема 3.2. Групповая тактика игры в нападении)</p> <p>План занятия:</p> <p>1. Групповые действия в нападении.</p> <p>2. Индивидуальные действия в нападении.</p> <p>3. Учебная игра волейбол.</p> <p>4. Оценка судейских навыков студентов.</p>	2
3	<p>Занятие № 8 (Тема 3.2. Групповая тактика игры в защите)</p> <p>План занятия:</p> <p>1. Групповые действия в защите.</p> <p>2. Индивидуальные действия в защите.</p> <p>3. Учебная игра волейбол.</p> <p>4. Оценка судейских навыков студентов.</p>	2
6	<p>Занятие № 9 (Тема 3.2. Командная тактика игры в нападении.)</p> <p>План занятия:</p> <p>1. Техника безопасности при занятиях волейболом.</p> <p>2. Командные действия в нападении.</p> <p>3. Система нападения через связующего игрока передней линии.</p> <p>4. Система нападения через связующего игрока, выходящего с задней линии.</p> <p>5. Система нападения с первой передачи или откидки.</p> <p>6. Учебная игра.</p> <p>7. Оценка судейских навыков студентов.</p>	2
3	<p>Занятие № 10 (Тема 3.3 Командная тактика игры в защите.)</p> <p>План занятия:</p> <p>1. Командные действия игры в защите.</p> <p>2. Система игры в защите без страхующего игрока.</p> <p>3. Система игры в защите «углом вперед».</p> <p>4. Система игры в защите «углом назад».</p> <p>6. Учебная игра.</p> <p>7. Оценка судейских навыков студентов.</p>	2

РАЗДЕЛ ГАНДБОЛ

3	<p>Занятие № 1 (Тема 3.1. Технические приемы игры в нападении в гандболе. Тема 5.1. Обеспечение техники безопасности при занятиях гандболом).</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Стойки и передвижения гандболиста. 2. Бег, остановки, повороты. 3. Ловля мяча двумя руками. 4. Держание мяча и передача мяча согнутой рукой сверху после 3-х шагов. 5. Подвижная игра: «Мяч среднему». 	3
3	<p>Занятие № 2 (Тема 3.1. Технические приемы игры в нападении и защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бег с изменением направления, финты на изменение направления. 2. Передача мяча согнутой рукой сверху и сбоку после 3-х шагов (в движении). 3. Выбор позиции для получения мяча и держание игрока. 4. Ведение мяча, выбивание мяча. 5. Подвижные игры: «Борьба за мяч» (по зонам), «Защита крепостей». 	3
4	<p>Занятие № 3 (Тема 4.1. Проведение занятия по гандболу в общеобразовательной школе. Тема 3.2. Индивидуальные технико-тактические действия в нападении и защите.).</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Передвижение гандболиста. 2. Комбинированные упражнения в ловле, передаче и бросках мяча в движении. 3. Броски мяча согнутой рукой сверху в опоре. 4. Стойка вратаря, передвижение в воротах, задержание мяча. 5. Учебная игра в гандбол на одни ворота и на двое ворот. 6. 7-метровый штрафной бросок. 7. Практика судейства. 	4
3	<p>Занятие № 4 (Тема 3.2. Индивидуальные технико-тактические действия в нападении и защите.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подвижная игра: «Пятнашки» (два вида). 2. Комбинированные упражнения в бросках мяча в ворота с вратарем. 3. Бросок мяча согнутой рукой в прыжке. 4. Учебная игра в гандбол. 5. Практика судейства. 	3
3	<p>Занятие № 5 (Тема 3.2. Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите.)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Передвижение гандболиста. 2. Бросок мяча согнутой рукой сверху в прыжке с ближних дистанций. 3. Внешний и внутренний заслон. 4. Переключение в защите. 5. Учебная игра с применением зонной системы защиты 6:0 и позиционного нападения 3:3. 6. Быстрый отрыв. 7. Практика судейства. 	3
3	<p>Занятие № 6 (Тема 3.2. Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите)</p> <p>План занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Броски мяча с дальних дистанций. 2. Блокирование мяча при бросках с дальних дистанций. 3. Блокирование игрока. 	3

	<p>4. Входы крайних игроков в позиционном нападении. 5. Проскальзывание при игре в позиционной защите. 6. Учебная игра. Позиционная система защиты 6:0 против позиционного нападения 3:3. 7. Учебная игра с применением зонной защиты 6:0 против позиционного нападения 4:2. 8. Практика судейства.</p>	
6	<p>Занятие № 7 (Тема 6.1. Организация и проведение соревнований по гандболу. Тема 5.1. Обеспечение техники безопасности при занятиях гандболом. Тема 3.2. Групповые и командные технико-тактические действия в нападении и защите) План занятия: 1. Организация и проведение первенства группы по гандболу. 2. Техника безопасности при занятиях гандболом. 3. Комбинированные упражнения с применением изученных приемов игры. 4. Быстрый прорыв с использованием коротких и длинных передач. 5. Учебная игра с применением комбинированной системы защиты 5+1 и позиционного нападения 3:3. 6. Практика судейства.</p>	6
3	<p>Занятие № 8 (Тема 3.3 Выполнение технико-тактических действий в гандболе) План занятия: 1. Выполнение комбинированного упражнения: бег с изменением направления, остановки, повороты, передачи, ловлю мяча и бросок мяча в прыжке в завершающей стадии. 2. Учебная игра. 3. Практика судейства.</p>	3
3	<p>Занятие № 9 (Тема 3.3 Выполнение технико-тактических действий в гандболе) План занятия: 1. Выполнение комбинированного упражнения на время: бег с изменением направления, остановки, повороты, передачи, ловлю мяча и бросок мяча в прыжке в завершающей стадии. 2. Оценивание практических умений.</p>	3
3	<p>Занятие № 10 (Тема 3.3 Выполнение технико-тактических действий в гандболе) План занятия: 3. Выполнение комбинированного упражнения на время: бег с изменением направления, остановки, повороты, передачи, ловлю мяча и бросок мяча в прыжке в завершающей стадии. Оценивание практических умений</p>	3

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Подвижные игры : учебное пособие / О.С. Шалаев, В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск, 2019. – 158 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.]; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 322 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11314-3.

- Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517434>
3. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры : учебник / Ю.М. Макаров, Н.В. Луткова, Л.Н. Минина [и др.]; под ред. Ю. М. Макарова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 270, [1] с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры : учебник для вузов / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14409-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520092>
2. Базовые виды спорта. Волейбол : учебное пособие / составители Л. Н. Мартьянова, О. В. Косенович. — Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. — 64 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158621>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Базовые виды спорта. Футбол : учебное пособие. — Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. — 84 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158622>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Власова, Е.М. Подвижные игры и игровые упражнения в школьной системе физического воспитания : (учебное пособие) / Е.М. Власова; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2011. - 126 с.
5. Инновационные технологии в спортивных играх: теория и практика : учебное пособие (сборник лекций) для студентов вузов физ. культуры / Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры ; авт.-сост. В.П. Черемисин. - Малаховка : Изд-во МГАФК, 2015. — 258 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Калинина, И.Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола) : учебное пособие / И.Н. Калинина, В.А. Блинов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
7. Подвижные игры: теория, методика и практика : учебно-методическое пособие / Министерство спорта Российской Федерации ; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань. - Казань : Отечество, 2017. – 136 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
8. Самостоятельная работа студентов по дисциплине теория и методика обучения базовым видам спорта: спортивные и подвижные игры (баскетбол) : учебно-методическое пособие / Ю.Н. Емельянова, И.Е. Коновалов, О.В. Матвиенко [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма. - Казань : Отечество, 2019. – 172 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
9. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства : учебник / под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 4-е изд., стер. - Москва : Академия, 2010. - 396, [1] с.
10. Спортивные игры: волейбол, баскетбол, бадминтон : учебное пособие / В.Г. Турманидзе, Л.М. Иванова, Г.С. Ковтун и др. ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 216 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563142>
11. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения : учебник / под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - 6-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 517, [1] с. : ил.

12. Теория и методика спортивных игр : учебник / под ред. Ю. Д. Железняка. - 9-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 460, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (представляется в виде перечня специализированных аудиторий (спортивных сооружений), имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники, программного обеспечения):

- специализированная аудитория, оснащенная мультимедийными средствами;
- специально оборудованная спортивная площадка для различных видов спортивных игр.

Баскетбол: баскетбольная площадка с разметкой, баскетбольные кольца. Волейбол: волейбольная площадка с разметкой, волейбольная сетка. Гандбол: гандбольная площадка с разметкой, гандбольные ворота.

- инвентарь в соответствии с требованиями, утвержденными правилами спортивной игры (баскетбольный мяч, волейбольный мяч, гандбольный мяч).

- инвентарь для проведения подвижных игр и эстафет. (Кубики, кегли, обручи, скакалки, мячи резиновые, мячи волейбольные, мячи баскетбольные, гимнастические скамейки, малые теннисные мячи, клюшки).

- помещения для хранения и подготовки спортивного игрового инвентаря, а так же для переодевания, отвечающие действующим санитарным нормам и принадлежащие ВУЗу.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики физической культуры

Рабочая программа дисциплины

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 и 3 курсе в 4 и 5 семестрах по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет, экзамен.*

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код наименования компетенций
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.
Спортивный отбор	ОПК-2. Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-4. Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
Контроль и анализ	ОПК-12. Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-18. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль в сфере спортивной подготовки и сфере образования.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК - 1	ОПК-1.1. Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории

	<p>спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы;</p> <p>- специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <p>- определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</p> <p>ОПК-1.3. Владеет навыками:</p> <p>- разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>	<p>спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы;</p> <p>- специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p> <p>Умеет:</p> <p>- определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</p> <p>Владеет навыками:</p> <p>- разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и</p>	<p>Знает:</p> <p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и</p>

	<p>индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбирать и использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>ОПК-2.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологиями проведения организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации, отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбирать и использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологиями проведения организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации, отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
ОПК - 4	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; - факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; - факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.

	<p>ОПК-4.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
ОПК - 12	<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>ОПК-12.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.
ОПК - 13	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры,

	<p>воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга</p> <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
ОПК - 18	<p>ОПК-18.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание методического обеспечения, принципы и порядок разработки программной документации, способы и методы контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования <p>ОПК-18.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать документы методического обеспечения и контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>ОПК-18.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки методического обеспечения и проведения контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание методического обеспечения, принципы и порядок разработки программной документации, способы и методы контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать документы методического обеспечения и контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки методического обеспечения и проведения контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры	
			4	5
Контактная работа преподавателей с обучающимися		108	54	54
В том числе:				
Занятия лекционного типа		40	20	20
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		68	34	34
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет, экзамен)		24	6	18
Самостоятельная работа (всего)		84	48	36
Общая трудоемкость	часы	216	108	108
	зачетные единицы	6	3	3

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№	Тема	Содержание	
1	Общая характеристика системы физической культуры	<p>Основные понятия теории физической культуры. Тенденции формирования теории физической культуры в системе знаний о физической культуре. Физическая культура как предмет научного познания. Структура теории физической культуры как науки, ее место и взаимосвязь с другими науками, методологическое, познавательное и практическое значение. Проблематика и перспективы формирования обобщающей теории в сфере физической культуры.</p> <p>Физическая культура как вид культуры личности и общества. Социальная сущность физической культуры, механизмы ее возникновения и развития. Значение, взаимосвязи, потребности и деятельность во всестороннем развитии человека. Потребности и деятельность во всестороннем развитии человека. Потребности личности и общества в культуре физической и социальные виды деятельности, удовлетворяющие эту потребность. Естественные и социальные потребности в движениях и двигательной деятельности и их роль во всестороннем физическом развитии людей различного возраста.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии

	<p>Социальные процессы и проблемы в сфере физической культуры. Физическая культура как социальная система, ее ведущая роль в рационализации физкультурной практики. Основы и определяющие черты отечественной системы физической культуры. Концептуальные основы системы физической культуры. Системообразующий фактор, факторы и условия, определяющие построение и функционирование системы физической культуры в обществе. Физкультурная деятельность как способ бытия человека и фактор его духовного и физического развития. Цель функционирования системы физической культуры. Современные взгляды о понятии «физическая культура личности». Структурные модели физической культуры личности. Специфические особенности педагогического процесса при формировании физической культуры личности, его структурные компоненты. Основные подходы и концепции к формированию физической культуры личности. Задачи функционирования системы физической культуры. Характеристика задач, связанных с физкультурным образованием человека, с управлением его физическим развитием и направленным формированием личностных свойств и качеств в процессе занятий физическими упражнениями. Конкретизация основных задач применительно к содержанию и специфике физкультурной деятельности, индивидуальным особенностям, возрастным закономерностям обучаемых и другим условиям. Общие принципы формирования физической культуры личности: непрерывности развития; целостного развития; деятельностного подхода; вариативности и многообразия; оптимизации. Структура физической культуры и методология ее определения. Виды и разновидности</p>	<p>разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования. Умеет: - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. Владеет навыками: - разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-</p>
--	--	---

		<p>физической культуры, их соотношение друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека. Социальные функции физической культуры, их виды. Основные социальные факторы и условия развития физической культуры.</p>	<p>оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>
2.	<p>Средства и методы формирования физической культуры личности</p>	<p>Понятие о средствах, их классификационная характеристика. Физические упражнения - основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Содержание физического упражнения как совокупность составляющих действий, регуляторных и других процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующейся внешней и внутренней структурой. Диалектика формы и содержания физического упражнения. Классификация физических упражнений и ее значение. Эффект физических упражнений (ближайший, отставленный, кумулятивный). Зависимость эффекта физических упражнений от состояния занимающихся и различных условий их применения. Техника физических упражнений. Понятия “техника физических упражнений” и “спортивная техника”. Эталон и стандарт техники движений. Типовая и персональная индивидуализация техники. Стил и манера техники исполнения физических упражнений. Классификация техники, её общая характеристика. Системно-структурный подход при анализе техники двигательных действий. Основа техники движений, её главное звено и детали. Кинематические, динамические и ритмические характеристики техники двигательных действий. Обобщенные (качественные) характеристики двигательных действий. Оздоровительные факторы природы и гигиенические условия как средства</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; - факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной

		<p>воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека. Значение естественных факторов внешней среды (солнечная радиация, воздушная и водная среда, средне и высокогорье) для закаливания и оздоровления человека. Соблюдение гигиенических норм и требований к рациональному режиму жизни и условиям занятий как факторы повышения работоспособности и оптимизации восстановительных процессов.</p> <p>Роль вербальных (речевых), наглядных (сенсорных), материально-технических и других средств в педагогическом процессе.</p> <p>Понятие о методах формирования физической культуры личности. Проблема классификации методов в теории физической культуры. Состав методов физических упражнений, их систематика и ведущая роль при формировании двигательных умений, двигательных навыков и повышении функциональных возможностей организма занимающихся.</p> <p>Характеристика методов словесного, наглядного воздействия. Особенности использования методов идеомоторного и психорегулирующего упражнения. Методы целостного и расчлененного упражнения, их назначение, разновидности и особенности применения. Структурные основы методов физических упражнений (нагрузка и отдых как составляющие компоненты методов упражнения; способы регламентации двигательной деятельности и подходы к освоению движений). Методы равномерного, переменного, повторного и интервального упражнения, их назначение и разновидности. Игровой и соревновательный методы, их специфические черты. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий. Методы организации учебно-воспитательной деятельности занимающихся физическими упражнениями. Общие</p>	<p>подготовки и сфере образования.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
--	--	---	--

	<p>требования к выбору и применению методов.</p> <p>Методические принципы занятий физическими упражнениями. Значение общепедагогических принципов для понимания научно-практических основ занятий физическими упражнениями. Сущность принципов сознательности и активности; их значение для управления отношением занимающихся к процессу обучения и воспитания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов наглядности, доступности и индивидуализации; их значение для оптимального выбора и методической адаптации учебного материала, нагрузок и других требований применительно к возможностям занимающихся. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов систематичности и динамичности их значение для оптимального построения занятий и обеспечения необходимой тенденции в изменении их содержания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями: регулярность занятий и оптимальное чередование нагрузок с отдыхом; повторность и вариативность; последовательность и взаимосвязь между различными сторонами содержания занятий; необходимость регулярного обновления заданий с общей тенденцией к росту нагрузок и усложнению требований. Современные научные представления и практические данные, раскрывающие закономерности, лежащие в основе указанных положений. Основные факторы, обуславливающие особенности реализации указанных принципов (возрастные факторы, степень предварительной подготовленности, условия основной деятельности и т.д.). Принципы, выражающие специфические закономерности занятий физическими упражнениями.</p> <p style="text-align: right;">Принцип</p>	
--	---	--

		<p>непрерывности и его значение в управлении процессом чередования нагрузки и отдыха. Принцип прогрессирования воздействий и правила его реализации, обеспечивающие планомерный переход объекта педагогического воздействия с одного качественного уровня на более высокий. Принцип цикличности, определяющий структурную упорядоченность учебно-воспитательного процесса. Микроструктура (микроциклы), мезоструктура (мезоциклы), макроструктура (макроциклы), их виды, продолжительность и направленность. Принцип возрастной адекватности педагогического воздействия, выражающий целенаправленное регулирование меры воспитательного воздействия на различных этапах индивидуального развития человека.</p>	
3.	Обучение двигательным действиям	<p>Понятие “обучение”, его сущность и содержание. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. Характеристика основополагающих теорий обучения. Двигательные действия как предмет обучения в процессе занятий физическими упражнениями. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Закономерности формирования двигательных умений и навыков как естественная основа построения процесса обучения двигательным действиям. Отличительные черты двигательных умений и навыков. Взаимодействие двигательных навыков, их типы. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления. Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов. Проблема создания предпосылок готовности к обучению двигательным действиям. Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности использования</p>	<p>Знает: - методики контроля и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. Умеет: - подбирать методы измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся. Владеет:</p>

		<p>средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Контроль и самоконтроль. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальная частота отдельных упражнений и занятий, нормирование нагрузок и отдыха при начальном становлении новых двигательных умений и перестройке сформированных навыков.</p> <p>Этап углубленного разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальный режим основных упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузки и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий.</p> <p>Этап совершенствования. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе совершенствования двигательных действий.</p> <p>Воспитание социально-личностных качеств занимающихся в процессе занятий физическими упражнениями: целеустремленности, организованности, трудолюбия, ответственности, коммуникативности, толерантности. Единство физической и психической активности человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности - объективная основа воспитания свойств личности. Роль и место физической культуры в формировании различных сфер личности: мотивационной, интеллектуальной, эмоциональной, волевой и др. Основные и воспитательные аспекты в деятельности преподавателя физической культуры при развитии</p>	<p>- методиками контроля с использованием методов измерения и оценки технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся.</p>
--	--	---	---

		<p>социально-личностных качеств. Характеристики связей (прямые и обратные, положительные и отрицательные, непосредственные и опосредованные) между различными компонентами воспитания и сторонами развития личности в общей системе воспитания. Активность и самостоятельность занимающихся как фактор формирования личности. Значение физкультурно-спортивных потребностей, мотивов, интересов, установок, ценностных ориентаций, мировоззрений на повышение активности и самостоятельности обучаемых на занятиях по физической культуре.</p> <p>Задачи, содержание и пути нравственного воспитания. Воспитывающая роль коллектива. Основы методики воспитания волевых качеств личности в процессе физкультурной деятельности. Самовоспитание. Задачи и содержание умственного воспитания. Средства и методы воспитания интеллектуальных способностей в сфере физической культуры. Задачи и содержание эстетического воспитания. Основные методические пути эстетического воспитания в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Личность преподавателя - важный фактор воспитания занимающихся физическими упражнениями. Требования к профессиональным способностям, подготовленности и мастерству преподавателя.</p>	
4.	Развитие физических способностей	<p>Общая характеристика физических способностей как вида способностей человека. Понятие о физических качествах, их виды. Взаимосвязь физических качеств и способностей. Общие закономерности развития физических способностей (качеств). Развитие силовых способностей. Понятие о силовых способностях. Формы проявления силовых способностей. Факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей. Критерии и способы</p>	<p>Знает:</p> <p>- содержание методического обеспечения, принципы и порядок разработки программной документации, способы и методы контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования</p>

	<p>оценки силовых способностей. Общие задачи по развитию силовых способностей и особенности их конкретизации в зависимости от возраста, пола, ведущего направления физического воспитания в различные периоды жизни и от других обстоятельств. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития собственно силовых способностей. Средства развития силовых способностей: типичные признаки упражнений, являющихся основными средствами развития силы; обобщенная характеристика их состава на различных этапах занятий физическими упражнениями. Дополнительные средства воздействия на развитие силы (общее представление об электростимуляционных, диетологических и других факторах). Методы развития силовых способностей. Правила нормирования нагрузки и отдыха при использовании силовых упражнений в рамках отдельного занятия и серии занятий. Развитие скоростных способностей. Понятие о скоростных способностях. Формы их проявления. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей. Критерии и способы оценки различных скоростных способностей. Задачи, типичные средства, отличительные черты методики развития быстроты простой и сложной двигательных реакций. Методика развития быстроты одиночного движения и частоты движений. Задачи, средства и методы развития скорости движений. Причины стабилизации скорости движений, пути его предупреждения и преодоления, особенности силовой и технической подготовки в связи с развитием быстроты движений.</p> <p>Развитие скоростно-силовых способностей. Отличительные черты скоростно-силовых способностей. Формы их проявления. Оценка скоростно-силовых способностей в физической культуре. Типичные</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать документы методического обеспечения и контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки методического обеспечения и проведения контроля в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
--	---	--

		<p>особенности скоростно-силовых упражнений (“взрывные усилия” в динамическом и статическом режимах работы мышц, движения “ударного” характера и др.). Основные требования к упражнениям и условиям их выполнения. Методические подходы и методические приемы при развитии скоростно-силовых способностей. Правила регламентации и нормирования нагрузок в отдельном занятии и системе занятий, направленных на увеличение степени развития скоростно-силовых способностей и на поддержание достигнутого уровня их развития.</p> <p>Развитие выносливости. Обобщенное понятие о выносливости как комплексе функциональных возможностей, определяющих способность человека противостоять утомлению в процессе двигательной деятельности. Главные факторы выносливости, их структура. Многообразие форм проявления и основные типы выносливости. Перенос выносливости. Факторы, определяющие уровень развития и проявления выносливости. Абсолютные и относительные показатели выносливости. Критерии и способы оценки выносливости. Задачи и состав средств развития выносливости. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития выносливости. Методические подходы и приемы, основанные на преимущественно избирательном и целостном воздействии на факторы, определяющие выносливость. Пути направленного воздействия на аэробные, анаэробные, силовые и другие “компоненты” выносливости. Особенности развития выносливости в аспекте общей и специальной подготовки. Отличительные черты подбора и применения средств развития выносливости в процессе общей и прикладной физической подготовки. Проблема развития выносливости, адекватной особенностям различных видов деятельности. Взаимосвязь</p>	
--	--	---	--

	<p>развития выносливости с другими физическими качествами.</p> <p>Развитие координационных способностей. Понятие о координационных способностях как комплексных психомоторных способностях человека и его связь с понятием “ловкость”. Многообразие форм проявления координационных способностей. Факторы, определяющие уровень развития и проявления координационных способностей. Критерии оценки координационных способностей. Общие задачи по развитию координационных способностей и их особенности в зависимости от возраста, пола и других условий. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития координационных способностей. Типичные признаки упражнений, являющихся основными средствами развития координационных способностей; обобщенная характеристика их состава. Регулярное расширение и обновление фонда двигательных умений и навыков как главная линия в развитии координационных способностей на первых стадиях занятий физическими упражнениями. Основные методические подходы, методы и приемы, используемые в процессе развития данных способностей. Особенности режима занятий, нормирования нагрузки и отдыха при необходимости обеспечить ускоренное развитие или сохранение достигнутой степени развития координационных способностей. Причины и формы излишней мышечной напряженности при выполнении физических упражнений. Упражнения на расслабление. Другие средства, методы и приемы преодоления нерациональной мышечной напряженности. Причины нарушения равновесия при выполнении физических упражнений. Упражнения на равновесие. Другие средства, методы и методические приемы повышения позостатической и динамической</p>	
--	--	--

	<p>устойчивости. Задачи, средства, методы и методические приемы совершенствования “чувства пространства”, “чувства времени”, пространственной и временной точности, ритма движений в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Развитие гибкости. Обобщенное понятие о гибкости как об особом физическом качестве человека. Виды гибкости и факторы, определяющие уровень развития и проявления гибкости. Особенности развития гибкости в онтогенезе. Критерии и способы оценки гибкости. Возрастные этапы, наиболее благоприятные для направленного воздействия на развитие гибкости. Задачи и средства развития гибкости. Типичные черты упражнений на растягивание, краткая характеристика их состава. Другие средства, используемые для направленного воздействия на развитие гибкости. Основные правила использования упражнений на растягивание в рамках отдельного занятия и серии занятий; правила нормирования связанных с ними нагрузок при необходимости увеличения показателей гибкости и в случае сохранения достигнутой степени её развития. Формирование осанки. Понятие об осанке. Значение осанки. Общие признаки и значение оптимальной осанки; факторы, определяющие её. Причины нарушений осанки, которые могут быть исправлены средствами физического воспитания. Упражнения, направленные на формирование навыка рациональной осанки, ее закрепление и коррекцию нарушений осанки. Другие средства, способствующие развитию осанки. Основные методические правила использования упражнений на осанку, содействующие методические приемы и условия. Нормирование нагрузок при формировании, коррекции и закреплении осанки. Контроль за осанкой.</p>	
--	---	--

		<p>Регулирование массы тела при занятиях физическими упражнениями. Возможности и задачи регулирования массы тела в процессе занятий физическими упражнениями. Методика упражнений, стимулирующих увеличение мышечной массы. Правила выбора и применения упражнений, направленных преимущественно на увеличение мышечной массы; особенности нормирования нагрузок. Дополнительные условия эффективности данных упражнений. Методика упражнений, способствующая уменьшению веса тела и оптимизации её структурных компонентов. Виды упражнений и типичные режимы их выполнения, связанные со значительными потерями веса. Особенности их использования в борьбе с ожирением. Особенности режимов силовых и других упражнений при необходимости поддерживать вес в пределах заданной нормы. Дополнительные условия эффективности упражнений, направленных на избавление от лишнего веса.</p>	
5.	<p>Организационно-технологические основы занятий физическими упражнениями</p>	<p>Разнообразие форм построения занятий как объективная необходимость практической реализации физической культуры. Роль одного занятия как самостоятельного звена реализации физической культуры, его связь с предшествующими и последующими занятиями. Понятия «система занятий», «урочные занятия», «неурочные занятия», особенности (признаки) урочных и неурочных занятий. Классификация уроков (типы, виды, разновидности) по целевой направленности, по предметному содержанию, по преимущественному решению задач. Классификация неурочных занятий по целевой направленности, времени проведения, руководству, составу занимающихся. Содержание урока физической культуры: состав физических упражнений (предметное содержание), деятельность педагога, деятельность</p>	<p>Знает: - средства и методы, чувствительные периоды развития физических качеств; - факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>

	<p>занимающихся в связи с выполнением физических упражнений. Физиологические и психические процессы как внутренняя сторона деятельности занимающихся (изменения в состоянии организма, в знаниях, умениях, навыках, качествах, поведении). Взаимосвязь и взаимообусловленность всех сторон содержания как целостного процесса. Структура урока (понятие, связь с содержанием). Уровни структуры урока. Макроструктура урока (общая), мезоструктура (типовая), микроструктура (конкретная). Подготовка педагога к уроку: разработка содержания и микроструктуры, оформление конспекта, личная речевая и двигательная подготовка, материально-техническое обеспечение урока, подготовка помощников педагога. Требования к содержанию и методике проведения урока. Современные педагогические технологии, применяемые в процессе проведения урока.</p> <p>Сущность, структура и функции организации занятий физическими упражнениями. Составные части (компоненты) организации: планирование, контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями.</p> <p>Планирование. Понятие о планировании. Специфические объекты планирования в физической культуре (конкретные выражения цели, задач в нормативах и тестах физической подготовленности, состав, порядок и способы использования основных средств, динамика физических нагрузок и т.д.). Виды планирования - перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.) и оперативное. Характеристика принципов планирования как отправных положений и объективной основы для обоснования и принятия решения:</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования..
--	--	--

	<p>взаимосвязь различных форм организации занятий физическими упражнениями; систематичность процесса обучения; учет условий, в которых осуществляется процесс занятий физическими упражнениями (уровень подготовленности занимающихся, состояние здоровья, пол, возраст, материально-техническое обеспечение, климатогеографическое расположение и т.п.).</p> <p>Технология планирования: основные операции и их последовательность. Текстовые, графические, математические и другие формы планирования. Перспективный план, общая программа. Конкретизация официальных учебных планов и общей программы применительно к реальным условиям и особенностям контингента.</p> <p>Особенности разработки перспективного плана при отсутствии регламентирующих документов планирования. Основные показатели, подлежащие перспективному планированию, общие правила расчета показателей. Типовые и модифицированные формы перспективных планов. График годового (крупно циклового) плана. Основные правила распределения материала занятий, расчета параметров и динамики нагрузок, определения сроков выполнения контрольных задач. Формы годовых (крупно цикловых) графиков. Поэтапное планирование. Основные правила расчета количественных показателей этапных планов (четверть, период, семестр и т.п.), распределения материала занятий, параметров и динамики нагрузки, контрольных сроков. Формы этапных планов.</p> <p>Оперативное планирование. Целесообразная степень детализации показателей этапного плана на неделю (микроцикл) и отдельное занятие. Общие правила разработки недельного плана и плана-конспекта занятия; их формы. Непрерывная оперативная корректировка планов на основе результатов контроля.</p>	
--	--	--

	<p>Контроль. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты педагогического контроля: исходные данные, необходимые для планирования и рационального построения занятий; данные о характере, объеме и интенсивности воздействий, осуществляемых в процессе занятий физическими упражнениями; данные о ближайших, отставленных и кумулятивных эффектах занятий. Текущий (оперативный) контроль. Основные показатели текущего контроля на протяжении занятия и при определении готовности к очередному занятию. Критерии, методы и приемы их регистрации и анализа. Текущая оценка успеваемости. Инструментально-аппаратурные средства текущего контроля. Этапный контроль. Основные показатели этапного контроля, методы их регистрации и учета. Оптимальная периодичность этапного контроля; основные условия, влияющие на содержание этапного контроля и его периодичность. Самоконтроль. Основные показатели самоконтроля, методика их регистрации и анализа. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Учет. Понятие об учете в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты учета. Текущий (оперативный) и этапный учет. Методы и приемы регистрации показателей учета. Формы текущего и этапного учета.</p> <p>Повышения квалификации руководителей занятий. Цель и задачи повышения квалификации руководителей занятий. Формы повышения квалификации руководителей занятий: инструктажи, взаимное посещение занятий, пробные занятия, открытые уроки, инструкторско-методические и показательные занятия, учебно-методические сборы, их содержание и методика проведения.</p>	
--	---	--

		Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. Виды обеспечения: финансовое, материальное, методическое (учебно-методическое и научно-методическое), медицинское, информационное, их назначение и содержание.	
б.	Физическая культура в системе дошкольного и общего образования	<p>Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Характеристика физического и психического развития. Задачи, особенности содержания и методики, формы занятий физическими упражнениями в пренатальный и постнатальный период развития детей, в дошкольных учреждениях и в семье. Соотношение обязательных и дополнительных форм занятий физическими упражнениями в различных видах дошкольных учреждений. Подвижные игры как средство физического воспитания дошкольников.</p> <p>Профилактика нарушений осанки, особенностей закаливания. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Роль физической культуры в подготовке детей к обучению в школе. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста.</p> <p>Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности и главные виды деятельности.</p> <p>Цель, задачи и направленность физического воспитания в школе. Особенности обучения движениям и развития физических способностей детей школьного возраста. Благоприятные предпосылки для обучения движениям и специфические трудности. Роль закономерностей возрастных изменений для развития физических способностей. Требования к обучению движениям и развитию</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; - факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной

	<p>физических способностей. Реализация методических принципов и особенности сочетания методов при обучении движениям и развитии физических способностей детей различного возраста. Особенности методики развития координационных, силовых, скоростных способностей, выносливости и гибкости. Проблема формирования осанки у детей разного возраста. Проблема физкультурной образованности детей, профессиональной компетентности учителей.</p> <p>Формы занятий физическими упражнениями. Классификационная характеристика форм. Назначение и специфика уроков физического воспитания. Назначение, направленность и виды занятий в режиме учебного дня школы. Назначение, черты, виды и задачи внеклассных и внешкольных занятий, физическая культура в семье. Основы специализированных занятий спортом с детьми. Роль спорта в физическом воспитании. Проблемы выбора предмета спортивной специализации и своевременного начала планомерной тренировки. Методические требования к занятиям спортом.</p> <p>Содержание учебного предмета «Физическая культура». Общая характеристика содержания и структуры действующей программы. Место физического воспитания в учебном плане школы. Особенности содержания и структуры программы для младших, средних и старших классов. Проблемы авторских программ.</p> <p>Система планирования физического воспитания в школе. Классификационная характеристика, компоненты и системные связи. Планирование на учебные периоды. Назначение, требования и варианты планирования физического воспитания на учебную четверть. Особенности графического распределения учебного материала. Планирование содержания</p>	<p>подготовки и сфере образования.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; - факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения
--	--	--

		<p>одного урока. Проблемы методического раскрытия программного материала и конкретизации задач, роль алгоритмов. Педагогический контроль, его значение и содержание. Педагогическое наблюдение и анализ урока; хронометрирование и анализ плотности урока (общей, двигательной); пульсометрия и анализ нагрузки в уроке. Анализ учебной документации, беседы с педагогом и учащимися. Контрольные испытания. Содержание учета и оценки успеваемости, методы и критерии оценки успеваемости. Требования и особенности методики успеваемости учащихся младших, средних, старших классов. Классный журнал и регистрации оценки успеваемости.</p>	<p>функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
7.	<p>Физическая культура человека в различные периоды возрастного развития</p>	<p>Значение и особенности физической культуры в учреждениях среднего профессионального образования. Особенности содержания программ по предмету «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования. Связь профессионально-прикладной направленности программ с базовым уровнем общей физической подготовленности. Сущность профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Цель, общие и специальные</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; - факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие

		<p>задачи ППФП, обусловленные характером и условиями профессиональной деятельности различных специалистов. Перенос результатов физкультурного образования на профессиональную деятельность. Основные положения, определяющие соответствие средств решения задач ППФП. Формы занятий физическими упражнениями и оптимальное построение их системы. Урочные и неурочные формы занятий. Методические особенности проведения различных форм занятий (специализация, моделирование требований профессиональной деятельности и т.д.). Роль спорта в решении задач ППФП. Проблемы выбора спортивной специализации, методические требования к занятиям спортом. Проблемы решения специальных задач в различных формах физкультурного образования в режиме учебного дня и в период производственной практики. Значение, цель и основные задачи физической культуры в учреждениях высшего профессионального образования. Формы организации физкультурного образования студентов. Учебные (обязательные, консультативно-методические, индивидуальные) и вне учебные занятия (в режиме учебного дня, в секциях, клубах, массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия), их особенности и методическая направленность. Структура и особенности содержания учебных программ по физической культуре в вузах. Распределение студентов по учебным отделениям. Учебный материал, включаемый в теоретический, методический и практический разделы курса для студентов основного, специального отделений и отделения спортивного совершенствования. Особенности методики занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. Система</p>	<p>собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. Умеет: - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования. Владеет: - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной</p>
--	--	--	--

	<p>контрольных и зачетных требований к студентам по семестрам и годам обучения. Роль спорта при решении задач физкультурного образования студентов. Спортивная ориентация, требования к занятиям спортом. Особенности занятий спортом, направленных к высшим спортивным достижениям, в период обучения в вузе. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузе, особенности ее содержания и построения в зависимости от построения в зависимости от профиля избранной профессии. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза. Специфические особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза.</p> <p>Физическая культура в жизни людей молодежного, зрелого, старшего и пожилого возраста. Возрастные границы молодежного и зрелого возраста. Особенности физического развития и физической подготовленности человека в данный период. Социально-биологические факторы, обуславливающие направленное использование отдельных форм физической культуры людьми молодого и зрелого возраста в различные периоды их жизни. Оптимальный объем ежедневных и недельных физических нагрузок при организации и проведении занятий с данным контингентом занимающихся. Значение и задачи физической культуры в молодом и зрелом возрасте. Особенности использования основных форм физической культуры. Физическая культура в режиме трудового дня (производственная гимнастика, вводная гимнастика, физкультурная пауза). Физическая культура в условиях повседневного быта и отдыха (базовая физическая культура, гигиеническая и рекреативная физическая культура оздоровительно-реабилитационная физическая культура, оздоровительный</p>	<p>подготовки и сфере образования.</p>
--	---	--

	<p>спорт). Профессионально-прикладная физическая культура. Взаимосвязь основных форм физической культуры в молодом и зрелом возрасте.</p> <p>Возрастные границы пожилого и старшего возраста. Характеристика возрастнo-инволюционных изменений отдельных функций и систем организма в период старения человека. Значение физической культуры для профилактики возрастных нарушений и восстановления дееспособности организма, снизившейся под влиянием возрастной инволюции. Основные задачи физической культуры в пожилом и старшем возрасте. Характеристика типичных видов физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма. Особенности организации и методики.</p> <p>Контроль над здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями в период поступательного развития, относительной стабилизации развития и в период замедленного развития. Особенности занятий с данным контингентом. Технология контроля над состоянием занимающихся в период старения организма.</p>	
--	---	--

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекции	Кол-во часов
1	<p>Лекция № 1. Введение в теорию физической культуры.</p> <p>Основные понятия теории физической культуры: «физическая культура», «физкультурное движение», «физкультурное образование», «физическое воспитание», «спорт», «физическое развитие», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физическая подготовленность», «физическое совершенство». Взаимосвязь понятий «культура – физическая культура».</p> <p>Теория физической культуры как наука и учебная дисциплина. Тенденции формирования теории физической культуры в системе знаний о физической культуре. Структура теории физической культуры как науки, ее место и взаимосвязь с другими науками, методологическое, познавательное и практическое значение.</p> <p>Предмет, цель, задачи и содержание учебного курса «Теория и методика физической культуры», её интегрирующая роль и место в системе высшего профессионального образования.</p>	2

<p>Проблематика и перспективы формирования обобщающей теории в сфере физической культуры. Значение теории физической культуры для студентов и выпускников образовательных учреждений физической культуры.</p>	
<p>Лекция № 2. Методология, структура и содержание научного исследования в области физической культуры Методология исследований в области физической культуры и уровни ее реализации: философский, общенаучный, конкретно-научный и технологический уровень. Объект, предмет и задачи научного исследования в области физической культуры. Классификация научных исследований: теоретические, экспериментальные, фундаментальные и прикладные (поисково-прикладные, научно-исследовательская работа, опытно-педагогические разработки). Методы исследования в области физической культуры (общенаучные, теоретические, эмпирические), требования к их выбору. Характеристика отдельных исследовательских подходов, применяемые в теории физической культуры: системного, комплексного, целостного, личностного, деятельностного и др. Структура и логика научного исследования в области физической культуры.</p>	2
<p>Лекция № 3. Общая характеристика физической культуры как социальной системы. Физическая культура как вид культуры личности и общества. Социальная сущность физической культуры, механизмы ее возникновения и развития. Значение, взаимосвязи, потребности и деятельность во всестороннем развитии человека. Потребности и деятельность во всестороннем развитии человека. Потребности личности и общества в культуре физической и социальные виды деятельности, удовлетворяющие эту потребность. Докультурные и культурные причины физического развития. Естественные и социальные потребности в движениях и двигательной деятельности и их роль во всестороннем физическом развитии людей различного возраста. Социальные процессы и проблемы в сфере физической культуры. Физическая культура как социальная система, ее ведущая роль в рационализации физкультурной практики. Основы и определяющие черты отечественной системы физической культуры. Концептуальные основы системы физической культуры. Системообразующий фактор, факторы и условия, определяющие построение и функционирование системы физической культуры в обществе. Физкультурная деятельность как способ бытия человека и фактор его духовного и физического развития. Цель функционирования системы физической культуры. Формирование физической культуры личности как основная цель функционирования системы физической культуры, ее обусловленность общественными потребностями и уровнем индивидуального культурного развития человека. Современные взгляды о понятии «физическая культура личности». Структурные модели физической культуры личности. Специфические особенности педагогического процесса при формировании физической культуры</p>	2

	<p>личности, его структурные компоненты. Основные подходы и концепции к формированию физической культуры личности.</p> <p>Задачи функционирования системы физической культуры. Характеристика задач, связанных с физкультурным образованием человека, с управлением его физическим развитием и направленным формированием личностных свойств и качеств в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Конкретизация основных задач применительно к содержанию и специфике физкультурной деятельности, индивидуальным особенностям, возрастным закономерностям обучаемых и другим условиям</p> <p>Общие принципы формирования физической культуры личности: непрерывности развития; целостного развития; деятельностного подхода; вариативности и многообразия; оптимизации.</p> <p>Структура физической культуры и методология ее определения. Виды и разновидности физической культуры, их соотношение друг с другом и связь с основными сферами жизнедеятельности человека.</p> <p>Социальные функции физической культуры, их виды. Основные социальные факторы и условия развития физической культуры.</p>	
2	<p>Лекция № 4. Средства формирования физической культуры личности</p> <p>Понятие о средствах, их классификационная характеристика. Физические упражнения - основное специфическое средство при решении задач в области физической культуры. Суть и основные признаки физических упражнений. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Содержание физического упражнения как совокупность составляющих действий, регуляторных и других процессов, определяющих его воздействие на занимающегося. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующейся внешней и внутренней структурой. Диалектика формы и содержания физического упражнения. Классификация физических упражнений и ее значение. Примеры наиболее распространенных классификаций в теории и практике физкультурно-спортивной деятельности. Эффект физических упражнений (ближайший, отложенный, кумулятивный). Зависимость эффекта физических упражнений от состояния занимающихся и различных условий их применения.</p> <p>Техника физических упражнений. Понятия “техника физических упражнений” и “спортивная техника”. Эталон и стандарт техники движений. Типовая и персональная индивидуализация техники. Стил и манера техники исполнения физических упражнений. Классификация техники, её общая характеристика. Системно-структурный подход при анализе техники двигательных действий. Основа техники движений, её главное звено и детали. Кинематические, динамические и ритмические характеристики техники двигательных действий. Обобщенные (качественные) характеристики двигательных действий.</p> <p>Оздоровительные факторы природы и гигиенические условия как средства воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека. Значение естественных факторов внешней среды (солнечная радиация, воздушная и водная среда, средне и высокогорье) для закаливания и оздоровления человека. Соблюдение гигиенических норм и требований к рациональному режиму жизни и условиям занятий как факторы повышения работоспособности и оптимизации восстановительных процессов.</p>	2

<p>Роль вербальных (речевых), наглядных (сенсорных), материально-технических и других средств в педагогическом процессе.</p>	
<p>Лекция № 5. Методы формирования ФК личности. Характеристика понятий “метод”, “методический прием”, ”методика”, “методическое направление”, “методический подход”. Проблема классификации методов в теории физической культуры. Состав методов физических упражнений, их систематика и ведущая роль при формировании двигательных умений, двигательных навыков и повышении функциональных возможностей организма занимающихся. Характеристика методов словесного, наглядного воздействия. Особенности использования методов идеомоторного и психорегулирующего упражнения. Методы целостного и расчлененного упражнения, их назначение, разновидности и особенности применения. Структурные основы методов физических упражнений (нагрузка и отдых как составляющие компоненты методов упражнения; способы регламентации двигательной деятельности и подходы к освоению движений). Методы равномерного, переменного, повторного и интервального упражнения, их назначение и разновидности. Игровой и соревновательный методы, их специфические черты. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий. Методы организации учебно-воспитательной деятельности занимающихся физическими упражнениями. Общие требования к выбору и применению методов: научная обоснованность; соответствие принципам и поставленным задачам обучения, воспитания и развития, специфике учебного материала, индивидуальным особенностям занимающихся, возможностям педагога, условиям занятий.</p>	2
<p>Лекция № 6. Методические принципы занятий физическими упражнениями. Значение общепедагогических принципов для понимания научно-практических основ занятий физическими упражнениями. Сущность принципов сознательности и активности; их значение для управления отношением занимающихся к процессу обучения и воспитания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов наглядности, доступности и индивидуализации; их значение для оптимального выбора и методической адаптации учебного материала, нагрузок и других требований применительно к возможностям занимающихся. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями. Сущность принципов систематичности и динамичности их значение для оптимального построения занятий и обеспечения необходимой тенденции в изменении их содержания. Основные правила их реализации в процессе занятий физическими упражнениями: регулярность занятий и оптимальное чередование нагрузок с отдыхом; повторность и вариативность; последовательность и взаимосвязь между различными сторонами содержания занятий; необходимость регулярного обновления заданий с общей тенденцией к росту нагрузок и усложнению требований. Современные научные представления и практические данные, раскрывающие закономерности, лежащие в основе указанных положений.</p>	2

	Основные факторы, обуславливающие особенности реализации указанных принципов (возрастные факторы, степень предварительной подготовленности, условия основной деятельности и т.д.).	
3	<p>Лекция № 7. Основные закономерности процесса обучения двигательным действиям.</p> <p>Понятие “обучение”, его сущность и содержание. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям. Характеристика основополагающих теорий обучения.</p> <p>Двигательные действия как предмет обучения в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Закономерности формирования двигательных умений и навыков как естественная основа построения процесса обучения двигательным действиям. Отличительные черты двигательных умений и навыков. Взаимодействие двигательных навыков, их типы.</p> <p>Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления.</p> <p>Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов.</p> <p>Проблема создания предпосылок готовности к обучению двигательным действиям.</p> <p>Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Контроль и самоконтроль. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальная частота отдельных упражнений и занятий, нормирование нагрузок и отдыха при начальном становлении новых двигательных умений и перестройке сформированных навыков.</p> <p>Этап углубленного разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальный режим основных упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузки и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий.</p> <p>Этап совершенствования. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе совершенствования двигательных действий.</p>	2
	<p>Лекция № 8. Характеристика структуры процесса обучения двигательным действиям.</p> <p>Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления.</p> <p>Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов.</p> <p>Проблема создания предпосылок готовности к обучению двигательным действиям.</p> <p>Этап начального разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Контроль и самоконтроль. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальная частота отдельных упражнений и занятий,</p>	2

	<p>нормирование нагрузок и отдыха при начальном становлении новых двигательных умений и перестройке сформированных навыков.</p> <p>Этап углубленного разучивания. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Внутренняя структура этапа и его продолжительность. Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Пути предупреждения и правила устранения ошибок. Оптимальный режим основных упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузки и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий.</p> <p>Этап совершенствования. Цель, задачи и особенности использования средств и методов. Специфические отличия этого этапа при обучении различным двигательным действиям. Контроль и самоконтроль на этапе совершенствования двигательных действий.</p>	
4	<p>Лекция № 9. Основные закономерности развития физических способностей.</p> <p>Общая характеристика физических способностей, как вида способностей человека. Понятие о физических качествах, их виды. Взаимосвязь физических качеств и способностей. Общие закономерности развития физических качеств.</p>	2
	<p>Лекция № 10. Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств.</p> <p>Единство физической и психической активности человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности - объективная основа воспитания свойств личности.</p> <p>Роль и место физической культуры в формировании различных сфер личности: мотивационной, интеллектуальной, эмоциональной, волевой и др. Основные и воспитательные аспекты в деятельности преподавателя физической культуры при развитии личностных качеств. Характеристики связей (прямые и обратные, положительные и отрицательные, непосредственные и опосредованные) между различными компонентами воспитания и сторонами развития личности в общей системе воспитания.</p> <p>Активность и самостоятельность занимающихся как фактор формирования личности. Значение физкультурно-спортивных потребностей, мотивов, интересов, установок, ценностных ориентаций, мировоззрений на повышение активности и самостоятельности обучаемых на занятиях по физической культуре.</p> <p>Задачи, содержание и пути нравственного воспитания. Воспитывающая роль коллектива. Основы методики воспитания волевых качеств личности в процессе физкультурной деятельности. Самовоспитание.</p> <p>Задачи и содержание умственного воспитания. Средства и методы воспитания интеллектуальных способностей в сфере физической культуры.</p> <p>Задачи и содержание эстетического воспитания. Основные методические пути эстетического воспитания в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Личность преподавателя - важный фактор воспитания занимающихся физическими упражнениями. Требования к профессиональным способностям, подготовленности и мастерству преподавателя.</p>	2
5	<p>Лекция № 11. Общая характеристика форм построения занятий физическими упражнениями</p>	2

	<p>Разнообразие форм построения занятий как объективная необходимость практической реализации физической культуры. Роль одного занятия как самостоятельного звена реализации физической культуры, его связь с предшествующими и последующими занятиями.</p> <p>Понятия «система занятий», «урочные занятия», «неурочные занятия», особенности (признаки) урочных и неурочных занятий.</p> <p>Классификация уроков (типы, виды, разновидности) по целевой направленности, по предметному содержанию, по преимущественному решению задач. Классификация неурочных занятий по целевой направленности, времени проведения, руководству, составу занимающихся.</p> <p>Содержание урока физического воспитания: состав физических упражнений (предметное содержание), деятельность педагога, деятельность занимающихся в связи с выполнением физических упражнений. Физиологические и психические процессы как внутренняя сторона деятельности занимающихся (изменения в состоянии организма, в знаниях, умениях, навыках, качествах, поведении). Взаимосвязь и взаимообусловленность всех сторон содержания как целостного процесса.</p> <p>Структура урока (понятие, связь с содержанием). Уровни структуры урока. Макроструктура урока (общая), мезоструктура (типовая), микроструктура (конкретная).</p> <p>Подготовка педагога к уроку: разработка содержания и микроструктуры, оформление конспекта, личная речевая и двигательная подготовка, материально-техническое обеспечение урока, подготовка помощников педагога. Требования к содержанию и методике проведения урока.</p>	
	<p>Лекция № 12. Планирование и контроль в физической культуре. Сущность, структура и функции организации занятий физическими упражнениями</p> <p>Составные части (компоненты) организации: планирование, контроль, учет, повышение квалификации руководителей занятий. Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями.</p> <p>Планирование. Понятие о планировании. Специфические объекты планирования в физической культуре (конкретные выражения цели, задач в нормативах и тестах физической подготовленности, состав, порядок и способы использования основных средств, динамика физических нагрузок и т.д.). Виды планирования - перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.) и оперативное.</p> <p>Характеристика принципов планирования как отправных положений и объективной основы для обоснования и принятия решения: взаимосвязь различных форм организации занятий физическими упражнениями; систематичность процесса обучения; учет условий, в которых осуществляется процесс занятий физическими упражнениями (уровень подготовленности занимающихся, состояние здоровья, пол, возраст, материально-техническое обеспечение, климатогеографическое расположение и т.п.).</p> <p>Технология планирования: основные операции и их последовательность. Текстовые, графические, математические и другие формы планирования. Перспективный план, общая программа. Конкретизация официальных учебных планов и общей программы применительно к реальным условиям и особенностям контингента. Особенности разработки перспективного плана при отсутствии регламентирующих документов планирования. Основные показатели, подлежащие перспективному планированию, общие</p>	2

	<p>правила расчета показателей. Типовые и модифицированные формы перспективных планов. График годового (крупно циклового) плана. Основные правила распределения материала занятий, расчета параметров и динамики нагрузок, определения сроков выполнения контрольных задач. Формы годовых (крупно цикловых) графиков. Поэтапное планирование. Основные правила расчета количественных показателей этапных планов (четверть, период, семестр и т.п.), распределения материала занятий, параметров и динамики нагрузки, контрольных сроков. Формы этапных планов.</p> <p>Оперативное планирование. Целесообразная степень детализации показателей этапного плана на неделю (микроцикл) и отдельное занятие. Общие правила разработки недельного плана и плана-конспекта занятия; их формы. Непрерывная оперативная корректировка планов на основе результатов контроля.</p> <p>Контроль. Понятие контроля в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты педагогического контроля: исходные данные, необходимые для планирования и рационального построения занятий; данные о характере, объеме и интенсивности воздействий, осуществляемых в процессе занятий физическими упражнениями; данные о ближайших, отставленных и кумулятивных эффектах занятий.</p> <p>Текущий (оперативный) контроль. Основные показатели текущего контроля на протяжении занятия и при определении готовности к очередному занятию. Критерии, методы и приемы их регистрации и анализа. Текущая оценка успеваемости. Инструментально-аппаратурные средства текущего контроля.</p> <p>Этапный контроль. Основные показатели этапного контроля, методы их регистрации и учета. Оптимальная периодичность этапного контроля; основные условия, влияющие на содержание этапного контроля и его периодичность.</p> <p>Самоконтроль. Основные показатели самоконтроля, методика их регистрации и анализа. Единство педагогического, врачебного и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Учет. Понятие об учете в процессе занятий физическими упражнениями. Объекты учета. Текущий (оперативный) и этапный учет. Методы и приемы регистрации показателей учета. Формы текущего и этапного учета.</p> <p>Повышения квалификации руководителей занятий. Цель и задачи повышения квалификации руководителей занятий. Формы повышения квалификации руководителей занятий: инструктажи, взаимное посещение занятий, пробные занятия, открытые уроки, инструкторско-методические и показательные занятия, учебно-методические сборы, их содержание и методика проведения.</p> <p>Обеспечение проведения занятий физическими упражнениями. Виды обеспечения: финансовое, материальное, методическое (учебно-методическое и научно-методическое), медицинское, информационное, их назначение и содержание.</p>	
6	<p>Лекция № 13. Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников.</p> <p>Социально-педагогическое значение физического воспитания дошкольников. Возрастная классификация детей дошкольного возраста. Характеристика физического и психического развития.</p>	2

<p>Задачи, особенности содержания и методики, формы занятий физическими упражнениями в пренатальный и постнатальный период развития детей, в дошкольных учреждениях и в семье.</p> <p>Соотношение обязательных и дополнительных форм занятий физическими упражнениями в различных видах дошкольных учреждений. Подвижные игры как средство физического воспитания дошкольников.</p> <p>Профилактика нарушений осанки, особенностей закаливания. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями.</p> <p>Роль физической культуры в подготовке детей к обучению в школе. Характеристика программ по физической культуре детей дошкольного возраста.</p>	
<p>Лекция 14. Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста.</p> <p>Социально-педагогическое значение физического воспитания детей школьного возраста. Типичные возрастные особенности и главные виды деятельности.</p> <p>Цель, задачи и направленность физического воспитания в школе. Особенности обучения движениям и развития физических способностей детей школьного возраста. Благоприятные предпосылки для обучения движениям и специфические трудности. Роль закономерностей возрастных изменений для развития физических способностей.</p> <p>Требования к обучению движениям и развитию физических способностей. Реализация методических принципов и особенности сочетания методов при обучении движениям и развитии физических способностей детей различного возраста.</p> <p>Особенности методики развития координационных, силовых, скоростных способностей, выносливости и гибкости. Проблема формирования осанки у детей разного возраста. Проблема физкультурной образованности детей, профессиональной компетентности учителей.</p> <p>Формы занятий физическими упражнениями. Классификационная характеристика форм. Назначение и специфика уроков физического воспитания. Назначение, направленность и виды занятий в режиме учебного дня школы. Назначение, черты, виды и задачи внеклассных и внешкольных занятий, физическая культура в семье. Основы специализированных занятий спортом с детьми. Роль спорта в физическом воспитании. Проблемы выбора предмета спортивной специализации и своевременного начала планомерной тренировки. Методические требования к занятиям спортом.</p>	2
<p>Лекция № 15. Методическое обеспечение учебного предмета «Физическая культура».</p> <p>Содержание учебного предмета «Физическая культура». Общая характеристика содержания и структуры действующей программы. Место физического воспитания в учебном плане школы. Особенности содержания и структуры программы для младших, средних и старших классов. Проблемы авторских программ.</p>	2
<p>Лекция № 16. Система планирования физического воспитания в школе, педагогический контроль, его значение и содержание.</p> <p>Система планирования физического воспитания в школе. Классификационная характеристика, компоненты и системные связи. Планирование на учебные периоды. Назначение, требования и варианты</p>	2

	<p>планирования физического воспитания на учебную четверть. Особенности графического распределения учебного материала. Планирование содержания одного урока. Проблемы методического раскрытия программного материала и конкретизации задач, роль алгоритмов.</p> <p>Педагогический контроль, его значение и содержание. Педагогическое наблюдение и анализ урока; хронометрирование и анализ плотности урока (общей, двигательной); пульсометрия и анализ нагрузки в уроке. Анализ учебной документации, беседы с педагогом и учащимися. Контрольные испытания.</p> <p>Содержание учета и оценки успеваемости, методы и критерии оценки успеваемости. Требования и особенности методики успеваемости учащихся младших, средних, старших классов. Классный журнал и регистрации оценки успеваемости.</p>	
7	<p>Лекция № 17 ППФП в системе профессионального образования. Значение и особенности физкультуры в средних специальных учебных заведениях. Характеристика особенностей содержания действующих программ по предмету «Физическая культура» в системе среднего профессионального образования. Связь профессионально-прикладной направленности программ с базовым уровнем общей физической подготовленности. Сущность профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП). Цель, общие и специальные задачи, обусловленные характером и условиями профессиональной деятельности различных специалистов. Перенос результатов физкультурного образования на профессиональную деятельность. Основные положения, определяющие соответствие средств решения задач ППФП.</p> <p>Формы занятий физическими упражнениями и оптимальное построение их системы. Методические особенности проведения различных форм занятий (специализация, моделирование требований профессиональной деятельности и т.д.)</p> <p>Роль спорта в решении задач ППФП. Проблемы выбора спортивной специализации, методические требования к занятиям спортом.</p> <p>Проблемы решения специальных задач в различных формах физкультурного образования в режиме учебного дня и в период производственной практики.</p>	2
	<p>Лекция № 18 Значение, цель и основные задачи физической культуры в высших учебных заведениях.</p> <p>Значение, цель и основные задачи физической культуры в высших учебных заведениях.</p> <p>Формы организации физкультурного образования студентов. Учебные (обязательные, консультативно-методические, индивидуальные) и вне учебные занятия (в режиме учебного дня, в секциях, клубах, массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия), их особенности и методическая направленность.</p> <p>Структура и особенности содержания учебных программ по физической культуре в вузах. Распределение студентов по учебным отделениям. Учебный материал, включаемый в теоретический, методический и практический разделы курса для студентов основного, специального отделений и отделения спортивного совершенствования.</p> <p>Особенности методики занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.</p>	2

	<p>Система контрольных и зачетных требований к студентам по семестрам и годам обучения.</p> <p>Роль спорта при решении задач физкультурного образования студентов. Спортивная ориентация, требования к занятиям спортом. Особенности занятий спортом, направленных к высшим спортивным достижениям, в период обучения в вузе.</p> <p>Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузе, особенности ее содержания и построения в зависимости от построения в зависимости от профиля избранной профессии. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза. Специфические особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза.</p>	
	<p>Лекция № 19. Физическая культура в жизни людей различного возраста.</p> <p>Возрастные границы молодежного и зрелого возраста. Особенности физического развития и физической подготовленности человека в данный период.</p> <p>Социально-биологические факторы, обуславливающие направленное использование отдельных форм физической культуры людьми молодого и зрелого возраста в различные периоды их жизни.</p> <p>Оптимальный объем ежедневных и недельных физических нагрузок при организации и проведении занятий с данным контингентом занимающихся. Значение и задачи физической культуры в молодом и зрелом возрасте.</p> <p>Особенности использования основных форм физической культуры. Физическая культура в режиме трудового дня (производственная гимнастика, вводная гимнастика, физкультурная пауза). Физическая культура в условиях повседневного быта и отдыха (базовая физическая культура, гигиеническая и рекреативная физическая культура, оздоровительно-реабилитационная физическая культура, оздоровительный спорт). Профессионально-прикладная физическая культура.</p> <p>Взаимосвязь основных форм физической культуры в молодом и зрелом возрасте.</p> <p>Возрастные границы пожилого и старшего возраста. Характеристика возрастнo-инволюционных изменений отдельных функций и систем организма в период старения человека.</p> <p>Значение физической культуры для профилактики возрастных нарушений и восстановления дееспособности организма, снизившейся под влиянием возрастной инволюции.</p> <p>Основные задачи физической культуры в пожилом и старшем возрасте. Характеристика типичных видов физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма. Особенности организации и методики.</p> <p>Контроль над здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями в период поступательно развития, относительной стабилизации развития и в период замедленного развития. занятий с данным контингентом занимающихся.</p> <p>Технология контроля над состоянием занимающихся в период старения организма</p>	2
	<p>Лекция № 20. Рекреационная и оздоровительная физическая культура.</p> <p>Цель, задачи, специфика и содержание рекреационной физической культуры.</p>	2

<p>Средства рекреационной физической культуры. Характеристика рекреационной нагрузки и ее эффектов. Критерии выбора нагрузок в процессе физкультурно-оздоровительных занятий.</p> <p>Формы физкультурно-рекреационных занятий, особенности использования их с людьми разных половозрастных и социальных групп.</p> <p>Место и значение рекреационной физической культуры в формировании здорового образа и стиля жизни.</p> <p>Построение и особенности методики рекреационно-оздоровительных занятий. Характеристика рекреационно-оздоровительных систем и методик. Компьютерные технологии при моделировании и программировании рекреационных занятий.</p> <p>Содержание и методика контроля и самоконтроля в процессе рекреационно-оздоровительных занятий.</p>	
--	--

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	<p>Практическое занятие № 1. Методология научных исследований в сфере физической культуры Т и М ФК как научная и учебная дисциплина.</p> <p>1. Методы научного исследования в физической культуре.</p> <p>2. Виды, технология написания и оформления самостоятельных учебно-исследовательских работ студентов по Т и М ФК.</p>	2
2	<p>Практическое занятие № 2. Разработка модели техники двигательного действия.</p> <p>1. Техника физического упражнения: определение, состав, структура.</p> <p>2. Значение гигиенических и природных факторов как средств физической культуры.</p> <p>3. Технология описания модели техники двигательного действия.</p> <p>Задание 1: Разделиться на группы по 4-5 человек, в каждой определить того, кто будет записывать результаты обсуждения и того, кто будет их докладывать. Каждая группа выбирает физическое упражнение, определяет, что является его содержанием, формулирует двигательную задачу данного двигательного действия. Предупредить, что на следующих занятиях будет продолжаться работа с этим и последующем материалом и, следовательно, необходимо сохранить записи.</p> <p>5 мин. обсуждение и доклад.</p> <p>Задание 2: Записать описание модели техники выбранного физического упражнения, выделить основу техники и ведущее звено. Определить и перечислить гигиенические факторы и силы природы, которые влияют, либо могут изменять влияние данного физического упражнения на организм занимающегося.</p> <p>15 мин. Сообщение и обсуждение.</p> <p>Домашнее задание: Составить модель техники двигательного действия (УИРС № 1):</p>	2
	<p>Практическое занятие № 3. Методы и приемы обучения двигательным действиям и развития физических способностей.</p> <p>1. Основные группы методов и их функции. Критерии оптимального выбора методов</p> <p>2. Методы, направленные на приобретение знаний, их классификация.</p>	2

	<p>3. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками, их классификационная характеристика.</p> <p>4. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей, их характеристика.</p> <p>5. Нагрузка и отдых как специфические компоненты методов совершенствования физических способностей.</p> <p>6. Особенности регламентации нагрузки и отдыха в методах развития физических способностей (равномерном, переменном, повторном, интервальном и их варианты, варианты «круговой тренировки»).</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 2) получает отдельное задание подобрать средства и методические приемы: а) использования слова и звукового воздействия; б) обеспечения наглядности; в) выполнения практического упражнения. Дать примеры их применения на разных этапах обучения двигательным действиям Записать и доложить. Подготовка - 15 мин. (по группам).</p> <p>Домашнее задание: Подготовить доклад (по желанию) на тему: «Методы, направленные на приобретение знаний», «Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками». Продолжительность – 5 мин.</p>	
	<p>Практическое занятие № 4. Технология подбора методов и методических приемов.</p> <p>1. Технология подбора методов и методических приемов при решении задач формирования знаний, овладения двигательными действиями и развития физическими способностями.</p> <p>Ролевая игра – решение задач по эффективному выбору методов и приемов обучения, воспитания и развития в конкретных педагогических ситуациях (различный уровень двигательной подготовленности занимающихся в группе, недостаточный уровень физической и психической готовности, в условиях недостаточной материальной оснащенности занятий, низких температур, подготовки к массовым соревнованиям и т.п.). Доклады.</p> <p>Задание: Каждая группа (организацию см. в занятии № 2) получает отдельное задание с проблемной ситуацией и задачей подобрать адекватные методы и методические приемы.</p>	2
3	<p>Практическое занятие № 5. Программирование действий по реализации принципов обучения двигательному действию</p> <p>1.Технология реализации общепедагогических принципов: сознательности и активности, доступности и индивидуализации, наглядности, систематичности.</p> <p>Ролевая игра: «Реализация методических принципов при обучении, воспитании и развитии занимающихся на уроках физ. культуры в школе».</p> <p>Задание: Разделиться на группы по 4-5 человек, в каждой определить, того, кто будет записывать результаты обсуждения и того, кто будет их докладывать. Каждая группа выбирает методические приемы реализации принципа, определяет, что является их содержанием.</p>	2
	<p>Практическое занятие № 6. Программирование действий по предупреждению и исправлению ошибок при обучении двигательному действию.</p> <p>1.Определение двигательных умений и навыков, различия между ними – характерные признаки.</p>	2

	<p>2. Понятие автоматизированного выполнения двигательного действия, ее механизмы и закономерности формирования.</p> <p>3. Понятие знаний и их роль в процессе обучения двигательным действиям.</p> <p>4. Взаимодействие (перенос) навыков. Виды переноса и их значение в процессе обучения двигательным действиям.</p> <p>5. Понятие и виды двигательных ошибок. Причины возникновения двигательных ошибок, способы их предупреждения и исправления.</p> <p>Задание 1: Каждая группа подбирает физические упражнения, имеющие положительный перенос на выбранное на 2-ом занятии упражнение. Определяет условия практического применения, в которых будет использоваться физическое упражнение, а также количественные требования (показатели), которых должны достичь занимающиеся. 10 мин. обсуждения и сообщение.</p> <p>Задание 2. Каждая группа определяет типичные ошибки для выбранного действия, классифицирует их по значению: грубые, значительные, незначительные. Сформулировать задачу их предупреждения, подобрать средства и методические приемы ее решения.</p> <p>Домашнее задание: Подобрать физические упражнения, имеющие положительный перенос на выбранное на 2-ом занятии упражнение. Определить и записать условия практического применения, в которых будет использоваться выбранное физическое упражнение.</p>	
	<p>Практическое занятие № 7. Программирование действий по реализации процесса обучения двигательному действию.</p> <p>1. Виды и способы обеспечения готовности к обучению двигательному действию.</p> <p>2. Факторы, являющиеся обязательными при управлении процессом обучения двигательным действиям.</p> <p>3. Правила формулирования задач обучения двигательным действиям.</p> <p>4. Технология составления программы обучения двигательному действию</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу обучения выбранному физическому упражнению (УИРС № 2).</p>	2
4	<p>Практическое занятие № 8. Общая характеристика физических способностей человека и основные закономерности процесса их развития</p> <p>1. Классификация физических способностей человека и их связь с двигательной деятельностью.</p> <p>2. Основные закономерности развития физических способностей</p> <p>3. Принципы развития физических способностей.</p> <p>Задание: Каждой группе определить и записать те качества, которые необходимы для эффективного выполнения и применения того физического упражнения, которое было выбрано для разработки программы обучения.</p>	2
	<p>Практическое занятие № 9. Технология составления программы развития силовых способностей.</p> <p>1. Определение понятия силовых способностей, факторы, определяющие уровень их проявления.</p> <p>2. Виды (формы проявления) силовых способностей.</p> <p>3. Задачи, средства и методические приемы развития силовых способностей (по формам проявления).</p> <p>4. Способы измерения и критерии оценки уровня развития силовых способностей.</p>	2

	<p>Задание: подобрать способ измерения (функциональную пробу или тест или контрольное упражнение) различных форм проявления силовых способностей, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки (в абсолютных показателях – количественные требования, либо в относительных – показатели прироста результатов).</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу развития силовых способностей в соответствии с предложенным заданием (УИРС № 3).</p>	
	<p>Практическое занятие № 10. Программирование действий по реализации процесса развития скоростных способностей.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определение понятия скоростных способностей, факторы, определяющие уровень их проявления. 2. Виды (формы проявления) скоростных способностей. 3. Задачи, средства и методические приемы развития скоростных способностей (по формам проявления). 4. Способы измерения и критерии оценки уровня развития скоростных способностей. <p>Задание: подобрать способ измерения (функциональную пробу или тест или контрольное упражнение) различных форм проявления скоростных способностей, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки (в абсолютных показателях – количественные требования, либо в относительных – показатели прироста результатов).</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу развития скоростных способностей в соответствии с предложенным заданием. Например: (УИРС № 4).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 11. Программирование действий по реализации процесса развития выносливости.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определение понятия выносливости, факторы, определяющие уровень проявления. 2. Виды (формы проявления) выносливости. 3. Задачи, средства и методические приемы развития выносливости (по формам проявления). 4. Способы измерения и критерии оценки уровня развития выносливости. <p>Задание: подобрать способ измерения (функциональную пробу или тест или контрольное упражнение) различных форм проявления выносливости, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки (в абсолютных показателях – количественные требования, либо в относительных – показатели прироста результатов).</p> <p>Домашнее задание: Разработать программу развития выносливости в соответствии с предложенным заданием. (УИРС № 5).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 12. Программирование действий по реализации процесса развития гибкости.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обобщенное понятие о гибкости, факторы определяющие уровень развития гибкости. 2. Особенности развития гибкости в онтогенезе. 3. Средства и методы развития гибкости. 4. Формирование навыка рациональной осанки. 5. Регулирование массы тела. <p>Задание: подобрать средства и методические приемы формирования осанки (коррекции осанки при лордозе, кифозе или сколиозе), регулирования массы тела.</p>	2

	<p>Домашнее задание: Разработать программу формирования (коррекции) осанки или программу устранения избыточной массы тела). (УИРС № 6).</p> <p>Практическое занятие № 13. Программирование действий по реализации процесса развития координационных способностей.</p> <p>1. Определение понятия координационных способностей, 2. факторы, определяющие уровень их проявления.</p> <p>3. Виды (формы проявления) координационных способностей.</p> <p>4. Задачи, средства и методические приемы развития координационных способностей (по формам проявления).</p> <p>4. Способы измерения и критерии оценки уровня развития координационных способностей.</p> <p>Задание: подобрать способ измерения (функциональную пробу или тест или контрольное упражнение) различных форм проявления координационных способностей, взятых из предложенного списка, Определить критерии оценки (в абсолютных показателях – количественные требования, либо в относительных – показатели прироста результатов).</p> <p>Домашнее задание: .Разработать программу развития координационных способностей в соответствии с предложенным заданием (УИРС № 7).</p>	2
5.	<p>Практическое занятие № 14. Программирование действий по организации и методике проведения занятий урочного типа.</p> <p>1. Содержание и структура урочных занятий, их виды.</p> <p>2. Основы организации деятельности занимающихся на уроке.</p> <p>3. Правила дозирования и регулирования нагрузки.</p> <p>Задание: подобрать способы организации занимающихся на уроке.</p>	2
	<p>Практическое занятие № 15. .Программирование действий по педагогическому анализу занятия урочного типа</p> <p>1. Подготовка преподавателя к уроку.</p> <p>2. Технология педагогического анализа занятия урочного типа</p> <p>Задание: Провести педагогический анализ урока после просмотра видеозаписи урока. Оценить по следующим критериям: организация урока, методика проведения, поведение педагога.</p>	2
	<p>Практическое занятие № 16. Программирование действий по планированию занятий физическими упражнениями Основные показатели планирования занятий физическими упражнениями.</p> <p>1. Технология разработки документов планирования.</p> <p>2. Последовательность действий по обоснованию управленческого решения.</p> <p>Задание: определить последовательность действий выработке и обоснованию плановых показателей. 10 мин обсуждения и сообщение.</p>	2
	<p>Практическое занятие № 17. Программирование действий по контролю занятий физическими упражнениями.</p> <p>1. Основные показатели текущего и оперативного контроля, критерии, методы и приемы регистрации и анализа.</p> <p>2. Методика хронометрирования занятия и проведения пульсометрии, оценка распределения нагрузки на занятии.</p> <p>Задание: определить общую и моторную плотность занятия, их соответствие типу урока и решаемым задачам, оценивает эффективность занятия.</p>	2
6.	<p>Практическое занятие № 18. Программирование действий по методике проведения занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста.</p>	2

	<p>1. Профилактика нарушений осанки. 2. Методические особенности закаливания. 3. Оценка состояния здоровья дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями. Задание: Каждая группа в соответствии с заданием определяет основные методические правила занятий физическими упражнениями с дошкольниками разного возраста. Домашнее задание: Разработать программу обучения плаванию детей грудного возраста в соответствии с заданием.</p>	
	<p>Практическое занятие № 19. Программирование действий по методике проведения занятий физическими упражнениями с детьми школьного возраста. 1. Особенности обучения двигательным действиям детей с различным типом нервной системы. 2. Технология реализации методических принципов и сочетания методов при обучении движениям детей различного возраста. Задание: определить порядок сочетания методов и приемов обучения двигательным действиям детей с различным типом нервной системы. 20 мин обсуждения и сообщение.</p>	2
	<p>Практическое занятие № 20. Программирование действий по формулированию общих задач учебно-воспитательной работы на учебную четверть. 1. Технология годового планирования в учреждениях общего образования. 2. Технология составления плана учебно-воспитательной работы на учебную четверть. 3. Правила формулирования общих задач учебно-воспитательной работы на учебную четверть. Сформулировать общие задачи учебно-воспитательной работы на учебную четверть для назначенного класса (УИРС № 2).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 21. Программирование действий по составлению программы формирования двигательных навыков. 1. Технология решения общих задач, направленных на формирование двигательных навыков. 2. Последовательность действий при разработке программы формирования двигательных навыков. Домашнее задание: Составить программу обучения двигательному действию (УИРС № 3).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 22. Программирование действий по составлению программы развития кондиционных и способностей 1. Технология решения общих задач, направленных на развитие кондиционных способностей. 2. Последовательность действий при разработке программы развития кондиционных способностей. Домашнее задание: Составить программу развития кондиционных и координационных способностей (УИРС № 4).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 23. Программирование действий по составлению программы развития координационных способностей 1. Технология решения общих задач, направленных на развитие координационных и непосредственно связанных с ними способностей. 2. Технология составления программы развития сенсорных способностей. 3. Технология составления программы развития психодинамических способностей.</p>	2

	<p>4.Технология составления программы развития координационных способностей</p> <p>Домашнее задание: Составить программу решения задачи развития координационных способностей (УИРС № 5).</p>	
	<p>Практическое занятие № 24. Программирование действий по составлению программы решения оздоровительных задач</p> <p>1.Технология решения оздоровительных задач школьников.</p> <p>2.Последовательность действий при разработке программы решения оздоровительных задач.</p> <p>Домашнее задание: Составить программу решения оздоровительной задачи (УИРС № 6).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 25. Программирование действий по составлению программы решения воспитательных задач</p> <p>1.Технология решения воспитательных задач школьников.</p> <p>2.Последовательность действий при разработке программы решения воспитательных задач.</p> <p>Домашнее задание: Составить программу решения воспитательной задачи (УИРС № 7).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 26. Программирование действий по составлению программы формирования знаний.</p> <p>1.Технология решения задач формирования знаний школьников.</p> <p>2.Последовательность действий при разработке программы решения задач формирования знаний.</p> <p>Домашнее задание: Составить программу решения задач формирования знаний (УИРС № 8).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 27. Технология планирования учебно-воспитательной работы на учебную четверть</p> <p>1.Технология составления плана учебно-воспитательной работы на учебную четверть.</p> <p>Домашнее задание: Составить план учебно-воспитательной работы на одну параллель классов (УИРС № 9)</p>	2
	<p>Практическое занятие № 28. Программирование действий по планированию учебно-воспитательной работы на уроке.</p> <p>1. Технология планирования учебно-воспитательной работы на уроке.</p> <p>2. Технология составления конспекта урока</p> <p>Домашнее задание: Составить конспект урока (УИРС № 10).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 29. Программирование неурочных форм занятий в школе.</p> <p>1.Последовательность действий по организации спортивного соревнования в школе.</p> <p>2.Технология написания сценария спортивного праздника в школе.</p> <p>3.технология составления положения о спортивных соревнованиях школе.</p> <p>Задание: определить порядок организации и проведения спортивного соревнования (по виду спорта).</p> <p>Домашнее задание: Составить сценарий спортивного соревнования в школе (УИРС № 11).</p>	2
	<p>Практическое занятие № 30. Программирование действий по оценке эффективности урока физической культуры в школе</p> <p>1.Методика определения общей и двигательной плотности занятия.</p> <p>2.Оценка плотности урока. Методика анализа нагрузки на уроке.</p> <p>3.Оценка объема и интенсивности нагрузки в уроке.</p>	2

	Задание: Каждая группа в соответствии с заданием (см. проблемные ситуации) определяет эффективность урока физической культуры. 20 мин обсуждения и сообщение.	
7.	<p>Практическое занятие № 31. Методика ППФП в системе профессионального образования</p> <p>1. Роль спорта в решении задач ППФП. Проблемы выбора спортивной специализации, методические требования к занятиям спортом.</p> <p>2. Проблемы решения специальных задач в различных формах физкультурного образования в режиме учебного дня и в период производственной практики.</p> <p>3. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза.</p> <p>4. Специфические особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза.</p>	2
	<p>Практическое занятие № 32. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза.</p> <p>1. Особенности учебной, научной, организационной и финансово-хозяйственной деятельности кафедры физического воспитания вуза.</p> <p>2. Специфические особенности работы преподавателя кафедры физического воспитания вуза.</p>	2
	<p>Практическое занятие № 33. Особенности организации и методики занятий с людьми зрелого, пожилого и старшего возраста</p> <p>1. Особенности организации и методики занятий с людьми зрелого, пожилого и старшего возраста.</p> <p>2. Характеристика типичных видов физических упражнений, адекватных возможностям стареющего организма.</p> <p>3. Технология контроля над состоянием занимающихся в период поступательно развития, относительной стабилизации развития и в период замедленного развития.</p>	2
	<p>Практическое занятие № 34. Характеристика рекреационно-оздоровительных систем и методик.</p> <p>1. Характеристика рекреационно-оздоровительных систем и методик.</p> <p>2. Компьютерные технологии при моделировании и программировании рекреационных занятий.</p> <p>3. Содержание и методика контроля и самоконтроля в процессе рекреационно-оздоровительных занятий.</p>	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

- Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514804>
- Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование : учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 413 с. — (Высшее образование). —

- ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516923>
3. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л.П. Матвеев. - 4-е изд. - Москва : Спорт, 2021. - 516, [1] с.
 4. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : учебное пособие / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный университет». - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. - 144 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8353-1921-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577>
 5. Рубин, В.С. Разделы теории и методики физической культуры : учебное пособие / В.С. Рубин. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 101 с. : схем.
 6. Рыбакова, Е.О. Теория и методика физической культуры : учебное пособие / Е.О. Рыбакова, Т.В. Кугушева; Министерство спорта Российской Федерации ; Чайковский государственный институт физической культуры, Кафедра теории и методики физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности. - Чайковский : ЧГИФК, 2018. – 272 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Двейрина, О.А. Теория и методика физической культуры: программирование и планирование развития физических способностей [Текст] : учебное пособие / О.А. Двейрина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 89 с.
2. Двейрина, О.А. Теория и методика физической культуры: программирование и планирование двигательного обучения [Текст] : учебное пособие / О.А. Двейрина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 87 с. : ил.
3. Кадыров, Р.М. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебное пособие / Р.М. Кадыров, Д.В. Морщенина. - Москва : Кнорус, 2016. - 132 с. : ил.
4. Кузнецов, В.С. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник / В.С. Кузнецов. - Москва : Академия, 2012. - 409, [1] с. : ил.
5. Масалова, О.Ю. Теория и методика физической культуры : учебник / О.Ю. Масалова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2018. - 572 с.
6. Морозова, Л.Д. Теория и методика физического развития дошкольников : учебное пособие / Л.Д. Морозова; Московский городской педагогический университет. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2020. - 167 с.
7. Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебное пособие / М.С. Эммерт, О.О. Фадина, И.Н. Шевелева, О.А. Мельникова. - Москва : Советский спорт, 2021. - 116 с. : ил.
8. Теоретические основы физической культуры : учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14341-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519864>

9. Теория и методика физической культуры [Текст] : учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [4-е изд., стер.]. - Москва : Советский спорт, 2010. - 464 с. : ил.
10. Туревский, И.М. Физическая подготовка. Сдача нормативов комплекса ГТО : учебное пособие для вузов / И.М. Туревский, В.Н. Бородаенко, Л.В. Тарасенко. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 145, [1] с. : ил.
11. Физическая культура : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по всем направлениям / Е.В. Конеева, А.А. Зайцев, В.К. Пельменев [и др.]; под редакцией Е. В. Конеевой. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 598, [1] с. : ил.
12. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - Москва : Академия, 2014. - 478, [1] с. : ил.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН libnauka.ru
- Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения (мультимедиа, компьютер, проектор, экран).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Допускается замена оборудования его виртуальными аналогами.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра спортивной медицины и комплексной реабилитации

Рабочая программа дисциплины

ФАРМАКОЛОГИЯ И ФАРМАКОТЕРАПИЯ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 6 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные компетенции	
Контроль и анализ	ОПК-13. Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
Организационно-методический	ПК-2. Способен обеспечивать решение задач профессиональной деятельности в соответствии с особенностями медико-биологического и психологического обеспечения занятий физической культурой и спортом.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-13.	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогиче- 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический кон-

	<p>ский контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>ОПК-13.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>троль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.
<p>ПК-1.</p>	<p>ПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>ПК-2.2. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>ПК-2.3. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>ПК-2.4. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>ПК-2.5. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	32						32		
В том числе:									
Занятия лекционного типа	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	14						14		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	40						40		
Общая трудоемкость	часы	72					72		
	зачетные единицы	2					2		

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание раздела	Результаты обучения в виде «знать, уметь, владеть»
1	Общая и частная фармакология	<p>Понятие об общей фармакологии. Фармакокинетика. Механизм действия, фармакодинамика, фармакологические эффекты. Возрастные аспекты клинической фармакологии, особенности фармакокинетики, фармакодинамики ЛС у спортсменов.</p> <p>Нежелательные реакции ЛС. Взаимодействие ЛС. Фармакоэкономика и рациональное использование ЛС.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта,
2	Основы спортивной фармакологии и фармакотерапии	<p>Принципы и основы спортивной фармакологии. Средства, влияющих на эфферентную и афферентную иннервацию, регулирующих функции ЦНС, влияющих на дыхательную, сердечнососудистую, пищеварительную, мочеполовую, иммунную системы, гемостаз, железы внутренней секреции,</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; - алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса, возможности контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта,

		<p>антимикробных химиотерапевтических препаратов.</p>	<p>навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.</p>
		<p>Понятие о фармакотерапии. Фармакокинетика. Механизм действия, фармакодинамика, фармакологические эффекты. Возрастные аспекты клинической фармакологии, особенности фармакокинетики, фармакодинамики ЛС у спортсменов. Нежелательные реакции ЛС. Взаимодействие ЛС. Фармакоэкономика и рациональное использование ЛС. Доказательная медицина в спорте.</p> <p>Характеристика видов рациональной фармакотерапии. Основные принципы рациональной фармакотерапии ведущих синдромов и заболеваний у спортсменов. Фармакотерапевтические средств, влияющих на эфферентную и афферентную иннервацию; регулирующих функции ЦНС; влияющих на дыхательную, сердечно - сосудистую, пищеварительную, мочеполовую, иммунную системы, гемостаз, железы внутренней секреции, антимикробных химиотерапевтических препаратов.</p> <p>Фармакотерапия синдромов перенапряжения ЦС, ССС, дыхательной, пищеварительной, мочеполовой систем и ОДА.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в целях предотвращения применения допинга, средства и методы мониторинга психологического и медико-биологического обеспечения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разрабатывать рекомендации для коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять методики психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками коррекции психологического и медико-биологического обеспечения тренировочного процесса в избранном виде спорта в целях предотвращения применения допинга на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ. ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция 1. Фармакокинетика и динамика лекарственных средства (ЛС), влияющие на холинергические и адренергические синапсы. Общий анализ группы ЛС. Классификация ЛС. Сравнительная характеристика ЛС, взаимодействие с другими препаратами. Побочные эффекты и их профилактика.	2
1	Лекция 2. Фармакологические подходы к выбору ЛС для лечения нарушений сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата. Общий анализ группы. Классификация ЛС. Сравнительная характеристика ЛС, взаимодействие с другими препаратами. Побочные эффекты и их профилактика.	2
1	Лекция 3. Фармакологическая характеристика запрещенных лекарственных средств в спорте. Фармакологическая характеристика запрещенных методов, субстанций, как допинг в спорте. Организация и проведение антидопинговых мероприятий, способствующих раскрытию, сдерживанию и предотвращению случаев применения допинга в спорте;	2
2	Лекция 4. Фармакотерапия: понятие, виды, значение, структуры, принципы терапии заболеваний у спортсменов. Организация и проведение антидопинговых мероприятий способствующих раскрытию, сдерживанию и предотвращению случаев применения допинга в спорте;	2
2	Лекция 5. Фармакотерапия болевого синдрома у спортсмена. Наркотические и ненаркотические обезболивающие и противовоспалительные ЛС. Общий анализ группы. Классификация ЛС. Сравнительная характеристика ЛС, взаимодействие с другими препаратами. Побочные эффекты и их профилактика.	2
2	Лекция 6. Фармакотерапевтические подходы к лечению заболеваний опорно-двигательного аппарата: остеопороз, миозиты, артриты. Восстановительная фармакотерапия в пред- и соревновательных периодах. Принципы коррекции, сравнительная характеристика препаратов в зависимости от вида спорта.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинарских занятий	Кол-во часов
1	Семинар 1. Фармадинамические подходы к выбору ЛС для лечения бронхообструктивного, болевого синдромов. Содержание занятия: Входной тест-контроль. Самостоятельное выполнение индивидуального задания из учебного руководства по фармакологии. Обсуждение основных вопросов. Выходной тест-контроль. Подведение итогов (баллов).	2
1	Семинар 2. Текущий контроль №1 Фармакодинамика ЛС для лечения нарушений сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Содержание занятия: Доклады студентов, углубляющие и детализирующие материал соответствующей лекции.	2
1	Семинар 3. Средства, влияющие на иммунные процессы. Противоаллергические ЛС. Содержание занятия: Входной тест-контроль. Самостоятельное выполнение индивидуального задания из учебного руководства по фармакологии. Обсуждение основных вопросов. Выходной тест-контроль. Подведение итогов (баллов).	2
1	Семинар 4. Фармакологические подходы к выбору ЛС, применяемых при нарушениях водно-электролитного и кислотно-основного баланса в организме: натрия хлорид, калия хлорид, кальция хлорид, магния сульфат, натрия гидрокарбонат; диуретики: салуретики – гидрохлортиазид (гипотиазид), хлорталидон, фуросемид (лазикс), кислота этакриновая (урегит), ацетазоламид (диакарб), калийсберегающие диуретики - амилорид, спиронолактон (верошпирон), осмотические диуретики - маннитол. Содержание занятия: Входной тест-контроль. Самостоятельное выполнение индивидуального задания из учебного руководства по фармакологии. Подсчет баллов.	2
2	Семинар 5. Особенности фармакокинетики, фармакодинамики и фармакогенетик в спорте. Виды действия лекарств, их взаимодействия, дозы, нежелательные и по-	2

	бочные эффекты, профилактика. Понятие о фармакотерапии и ее принципы. Фармакотерапия заболеваний опорно-двигательного аппарата: миозиты, артриты, остеопороз. Выбор и сравнительная характеристика современных групп лекарственных средств.	
2	Семинар 6. Фармакотерапия перетренированность и физического перенапряжения (спортивная болезнь). Выбор и анализ взаимодействие между группами лекарств, определение курса лечения, профилактика побочных эффектов и осложнений. Допинг-контроль назначенной фармакотерапии.	2
2	Семинар 7. Фармакотерапевтические подходы лечения заболеваний нервной системы: ЦНС, ПНС и позвоночника. Выбор и сравнительная характеристика современных групп лекарственных средств. Анализ взаимодействие между группами, выбор препаратов, определение курса лечения, профилактика побочных эффектов и осложнений. Допинг-контроль назначенной фармакотерапии.	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич, Е. Ю. Дьякова, Е. В. Кошельская, В. И. Андреев. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 151 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11890-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490430>
2. Фитотерапия : учебное пособие / авт.-сост. Э.А. Манвелян ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2016. – 308 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459027>
3. Якушев, М.П. Базисная фармакология в спорте. Синергетический подход : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 252 с. : ил., табл., схем. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Якушев, М.П. Базисная фармакология в спорте. Сердечно-сосудистая система и гемостаз : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. – 161 с. : ил., табл., схем. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Якушев, М.П. Базисная фармакология в спорте. Вещества, влияющие на периферическую нервную систему : учебное пособие. - СПб. : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. - 121 с. : ил., табл., схем.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Горпинченко, Е. А. Клиническая фармакология и фармакотерапия: общая часть : учебное пособие / Е. А. Горпинченко. — Краснодар : КубГАУ, 2019. — 189 с. — ISBN 978-5-00097-986-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/171590>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Клиническая фармакология. Фармакотерапия : учебное пособие / А. В. Матвеевко, Т. А. Замощина, О. Е. Ваизова [и др.]. — Томск : СибГМУ, 2013. — 196 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/105899>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Коноплева, Е. В. Фармакология : учебник и практикум для вузов / Е. В. Коноплева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 433 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11609-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511342>

4. Коноплева, Е. В. Клиническая фармакология в 2 ч. Часть 1 : учебник и практикум для вузов / Е. В. Коноплева. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 346 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03999-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512649>
5. Коноплева, Е. В. Клиническая фармакология в 2 ч. Часть 2 : учебник и практикум для вузов / Е. В. Коноплева. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 340 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04001-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512650>
6. Кулиненко, О.С. Физиотерапия в практике спорта. - Москва : Спорт, 2017. - 254, [1] с.
7. Кулиненко, О.С. Фармакология в практике спорта : [справочное издание] . - Москва : Спорт, 2022. - 209 с. : ил.
8. Кулиненко, О.С. Фармакология спорта в таблицах и схемах : [справочник]. - Москва : Советский спорт, 2011. - 192 с. : ил.
9. Кулиненко, О.С. Подготовка спортсмена. Фармакология, физиотерапия, диета : [справочное изд.] / О.С. Кулиненко. - М. : Советский спорт, 2009. - 331 с. : ил.
10. Кулиненко, О.С. Медицина спорта высших достижений. Фармакология. Психология. Диета. Физиотерапия. Биохимия. Восстановление : [монография] / О.С. Кулиненко. - Москва : Спорт, 2016. - 318 с. : ил.
11. Нил, М. Дж. Наглядная фармакология = Medical pharmacology at a glance : [учебное пособие для вузов] / Нил М. Дж.; пер. с англ. под ред. Р. Н. Аляутдина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 113 с. : ил.
12. Улащик, В.С. Физиотерапия. Новейшие методы и технологии : справочное пособие / В.С. Улащик. - Минск : Книжный дом, 2013. - 446, [1] с. : ил.
13. Фармакология : учебник / под ред. Р. Н. Аляутдина. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 1096 с. : ил.
14. Харкевич, Д.А. Фармакология : учебник / Д.А. Харкевич. - 11-е изд., испр. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 755 с. : ил.
15. Харкевич, Д.А. Фармакология. Тестовые задания : учебное пособие / под ред. Д. А. Харкевича. - 3-е изд., испр. и перераб... - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 349 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link%20isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИН

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование-1шт. (Проектор NEC NP115 1x0.55* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92), персональный компьютер RAMEC STORM W XP pRO dm с монитором LG L1719S1400).
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации № 313** (2 этаж, нежилое помещение № 3) – Специализированная мебель: Учебный стол-13шт, стул-27шт., стол письменный-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., Проектор Acer X125H-1шт., Экран переносной-1шт., Ноутбук Acer-1шт., Спектрофотометр СФ-26.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№ лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№ лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин им. В.У. Агеевца

Рабочая программа дисциплины

ФИЛОСОФИЯ

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 4 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Универсальные компетенции	
Межкультурное взаимодействие	УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-5	<p>УК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные категории философии; - историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации. <p>УК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции. <p>УК-5.3. Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные категории философии; - историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися	30				30				
В том числе:									
Занятия лекционного типа	10				10				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	20				20				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6				6				
Самостоятельная работа студента	72				72				
Общая трудоемкость	часы	108			108				
	зачетные единицы	3			3				

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Тема 1. Предмет и структура философского знания	1. Определения философии, ее предмет. Философия как наука, форма духовной культуры и мировоззрение. Дискуссия о научном статусе философии. Круг философских проблем. 2. Происхождение философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Функции философии. Роль философии в формировании системы ценностей. 4. Структура философского знания. Роль философии в жизни человека и общества. Преподавание философии в ВУЗах.	- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации. Умения: - взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции. Навыки: - оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах
2.	Тема 2. Основные этапы и направления исторического развития философии	Ч. 1. Философия Древнего Востока. 1. Философия Древней Индии. Философские идеи Упанишад. Философские школы Древней Индии. Йога, джайнизм, буддизм. 2. Философия Древнего Китая. «И-цзин». Учение об инь и ян. Философские школы Древнего Китая. Конфуцианство. Даосизм. Фа-цзя.	- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации. Умения: - взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.

	<p>Ч. 2. Античная философия.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности и периодизация античной философии. 2. Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм, пифагореизм. 3. Сократ и софисты. Платон и Аристотель. 4. Эллинистическая философия. Кинизм, эпикуреизм, скептицизм, стоицизм. <p>Ч. 3. Философия Средних веков и эпохи Возрождения.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предпосылки возникновения средневековой философии, ее периодизация и особенности. 2. Средневековая патристика: Тертуллиан, александрийская школа. Фундаментальная теология А.Августина. 3. Средневековая схоластика: основные задачи и проблематика. Творчество Боэция, Эриугены, А. Кентерберийского, П. Абеляра, Ф. Аквинского, У. Оккама. Арабские средневековые мыслители. 4. Антропоцентризм, гуманизм и эстетизм философской мысли Возрождения. 5. Философские учения выдающихся мыслителей Ренессанса. Н. Кузанский, М. Фичино, Дж. Пико делла Мирандола, М. Монтень, Н. Макиавелли, Т. Мор, Э. Роттердамский, Дж. Бруно. <p>Ч. 4. Философия Нового времени (XVII - XVIII вв.). Немецкая классическая философия.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Принцип «субъект-объектного противостояния» в философии Нового времени. 2. Эмпиризм и рационализм в теории познания Нового времени. 3. Правила метода Р. Декарта. Ф. Бэкон. Проект прагматического преобразования науки. 4. Французское Просвещение. 5. Немецкая классическая философия. Этика И. Канта. 	<p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах характера.
--	---	---

		<p>Диалектика Г.-В.-Ф. Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха.</p> <p>Ч. 5. Постклассическая западноевропейская философия XIX - XX вв.</p> <p>1. Главные проблемы и тенденции западноевропейской философии новейшего времени.</p> <p>2. Направления западноевропейской философии XIX - XX вв.</p> <p>3. «Философия жизни» А. Шопенгауэра и Ф. Ницше.</p> <p>4. Герменевтика и феноменология: Г.-Г. Гадамер, Э.Гуссерль.</p> <p>5. Экзистенциализм Ж.-П. Сартра и М. Хайдеггера.</p> <p>Ч. 6. Русская философия.</p> <p>1. Характерные особенности и периодизация русской философии.</p> <p>2. Древнерусская философия: проблематика и представители. Митрополит Илларион. Иосифляне и нестяжатели: дискуссия о роли церкви в обществе. Старец Филофей. Теория «Москва – третий Рим».</p> <p>3. Русское Просвещение. М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев, Г.С. Сковорода.</p> <p>4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева.</p> <p>5. Современная русская философия. Философия русского Зарубежья. И.А. Ильин, Л.П. Карсавин, С.Н. Булгаков. Русская советская философия. А.Ф. Лосев, М.М. Бахтин, Ю.М. Лотман.</p>	
3.	Тема 3. Философия бытия	<p>1. Предмет и основные понятия онтологии. История онтологических учений античности, Средних веков, Нового и новейшего времени. Современные онтологические концепции: «критическая</p>	<p>- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации.</p> <p>Умения: - взаимодействовать с людьми с</p>

		<p>онтология» Н. Гартмана; «фундаментальная онтология» М. Хайдеггера; «экзистенциально-феноменологическая онтология» Ж.-П. Сартра; «онтология языка» (Л. Витгенштейн, Ж. Деррида).</p> <p>2. Формы бытия: материальное, идеальное, социальное. Основные концепции бытия: материализм, идеализм, дуализм.</p> <p>3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. Происхождение сознания. Идеальность, креативность, интенциональность сознания. Сознание и объективная реальность.</p> <p>4. Философское осмысление природы. Основные характеристики бытия природы.</p>	<p>учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.</p> <p>Навыки: - оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>
4.	Тема 4. Философия человека	<p>1. Предмет и основные направления философской антропологии. Натуралистическая, религиозная, социокультурная, экзистенциальная антропология. Сущность и природа человека. Сущность и существование.</p> <p>2. Научные, паранаучные и религиозные теории антропогенеза. Критика дарвинизма.</p> <p>3. Биологическое и социальное в природе человека. Наследственные и социальные факторы развития человека.</p> <p>4. Смысл и цель жизни. Смысл смерти. Ценности человеческого бытия.</p>	<p>- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации.</p> <p>Умения: - взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.</p> <p>Навыки: - оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>
5.	Тема 5. Основы этики.	<p>1. Понятие морали, ее возникновение и характеристики. Соотношение морали и инстинктов. Нравственное формирование личности. Проблема нарушения нравственных принципов. Мораль и закон. Мораль, этика, этикет.</p> <p>2. Функции морали. Проблема существования морали у животных.</p> <p>3. Категории морали.</p>	<p>- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации.</p> <p>Умения: - взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.</p>

	Добродетели и пороки. 4. Этика как философская наука. Основные этические учения. Этический принцип как жизненная позиция человека.	Навыки: - оценки событий в социально- историческом, этическом и философском контекстах
--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция 1. Предмет и структура философского знания. 1. Определения философии, ее предмет. 2. Функции философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Происхождение философии. 4. Структура философского знания.	2
2.	Лекция 2. История философии. 1. Философия Древнего Востока. 2. Античная философия. 3. Философия Средних веков и эпохи Возрождения. 4. Философия Нового времени (XVII - XVIII вв.). 5. Постклассическая западноевропейская философия XIX - XX вв. 6. Русская философия.	2
3.	Лекция 3. Философия бытия. 1. Предмет и основные понятия онтологии. 2. Формы бытия. Концепции бытия. 3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. 4. Философское осмысление природы. 5. Проблема познаваемости мира.	2
4.	Лекция 4. Философия человека. 1. Предмет и основные направления философской антропологии. 2. Смысл и цель жизни. 3. Научные и религиозные теории антропогенеза. 4. Биологическое и социальное в природе человека.	2
5.	Лекция 5. Основы этики. 1. Понятие морали, ее возникновение и характеристики. 2. Функции морали. 3. Категории морали. Добродетели и пороки. 4. Этика как философская наука. Основные этические учения.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание семинаров</i>	<i>Кол-во часов</i>
---------------	-----------------------------	---------------------

1.	<p>Семинар 1. Предмет и структура философского знания. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определения философии, ее предмет. 2. Происхождение философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Функции философии. 4. Структура философского знания. 5. Роль философии в жизни человека и общества. 	2
2.	<p>Семинар 2. Философия Древнего мира. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Философия Древнего Востока. <ul style="list-style-type: none"> • Философия Древней Индии. Возникновение древнеиндийской философии. Философские понятия и школы Древней Индии. • Философия Древнего Китая. Возникновение и основные направления древнекитайской философии. 2. Античная философия. <ul style="list-style-type: none"> • Становление древнегреческой философии, ее особенности и периодизация. • Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм и пифагореизм. • Гуманистический период: софисты и Сократ. • Философия Платона и Аристотеля. • Эллинистическая философия: кинизм, эпикуреизм, стоицизм, скептицизм. 	2
2.	<p>Семинар 3. Философия Средних веков и эпохи Возрождения. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предпосылки, периодизация, характерные черты средневековой философии. 2. Средневековая патристика. Философские учения Августина Аврелия (Блаженного). 3. Средневековая схоластика. Фома Аквинский. Арабская философская мысль. 4. Философия эпохи Возрождения. Антропоцентризм, гуманизм и эстетизм философской мысли Возрождения. 	2
2.	<p>Семинар 4. Философия Нового Времени. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предпосылки и характерные черты философии Нового времени. 2. Эмпиризм. Ф. Бэкон. Критика философии и индуктивный метод. Идолы разума. 3. Рационализм. Правила дедуктивного метода Р. Декарта. Пантеизм Б. Спинозы. 4. Философия французского Просвещения. Энциклопедизм, антиклерикализм, материализм, социальный утопизм. 5. Немецкая классическая философия. Гносеологические и этические идеи И. Канта. Диалектика Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха. 	2
2.	<p>Семинар 5. Постклассическая западноевропейская философия XIX-XX вв.</p>	2

	<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психоанализ З. Фрейда. 2. «Философия жизни»: А.Шопенгауэр, Ф. Ницше. Детерминизм и свобода воли. 3. Герменевтика: В. Дильтей, Г.-Г. Гадамер. 4. Экзистенциальная философия: М. Хайдеггер, Ж.-П. Сартр, В.Э. Франкл. 	
2.	<p>Семинар 6. Русская философия. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характерные особенности и периодизация русской философии. 2. Древнерусская философия: проблематика и представители. «Слово о Законе и Благодати» митрополита Иллариона. Дискуссия о роли церкви иосифлян и нестяжателей, Теория «Москва – третий Рим». 3. Русское Просвещение. Г. Сковорода, М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев. 4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева. 5. Современная русская философия. 	2
3.	<p>Семинар 7. Философия бытия. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предмет и основные понятия онтологии. История онтологических учений 2. Формы бытия: материальное, идеальное, социальное. 3. Концепции бытия: материализм, идеализм, дуализм. 4. Сознание, его сущность, структура и характеристики. 5. Философское осмысление природы. 	2
4.	<p>Семинар 8. Философия человека. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предмет и основные направления философской антропологии. 2. Научные и религиозные теории антропогенеза. 3. Ценности человеческого бытия. 4. Смысл и цель жизни. Смысл смерти. 5. Индивид, индивидуальность, личность. Формирование личности. Свобода и ответственность личности. 	2
3.	<p>Семинар 9. Философия познания. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предмет и основные понятия гносеологии. Объект и субъект познания. 2. Структура познавательного процесса. Виды и формы познания. 4. Области познания. Эстетика как область познания. 5. Проблема истины в познании. Относительная и абсолютная истина. 6. Практика и ее роль в познании. 	2
5.	<p>Семинар 10. Социально-этические проблемы современной философии. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предмет и функции социальной философии. Социальная 	2

<p>философия в системе обществознания. 2. Факторы развития общества. Проблема общественного прогресса. 3. Понятие морали, ее возникновение и функции. Категории морали. 4. Этика и ее предмет. Этика спорта. 5. Этический принцип как жизненная позиция человека. Эгоизм, альтруизм, гедонизм, аскетизм.</p>	
--	--

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Бранская, Е. В. Философия : учебное пособие для вузов / Е. В. Бранская, М. И. Панфилова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06322-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515888>
2. Кочеров, С. Н. Философия : учебник для вузов / С. Н. Кочеров, Л. П. Сидорова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 177 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09969-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513514>
3. Светлов, В. А. Философия : учебное пособие для вузов / В. А. Светлов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 339 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06928-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514073>
4. Спиркин, А. Г. Философия в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 402 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02014-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512823>
5. Спиркин, А. Г. Философия в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 185 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02016-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512824>
6. Шаповалов, В. Ф. Философия : учебник для вузов / В. Ф. Шаповалов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 596 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10147-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517592>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алексеев, П.В. Философия в схемах и определениях : учебное пособие / П.В. Алексеев; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Философский факультет. - Москва : Проспект, 2017. - 111, [1] с. : ил.
2. Ветошкин, А.П. Философия : учебник / А.П. Ветошкин, С.И. Некрасов, Н.А. Некрасова. - Москва : Проспект, 2019. - 560 с. : схем., табл.

3. Голубинцев, В.О. Философия для технических вузов [Текст] : учебник / В.О. Голубинцев, А.А. Данцев, В.С. Любченко. - Изд. 7-е, стер. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. - 502, [1] с.
4. Губин, В.Д. Философия [Текст] : учебник / под ред. В. Д. Губина, Т. Ю. Сидориной. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 812 с.
5. Ильин, В.В. Философия : учебник / В.В. Ильин. - Москва : Проспект, 2019. - 479, [1] с.
6. Канке, В.А. Современная философия [Текст] : учебник / В.А. Канке. - 5-е изд., стер. - Москва : Омега-Л, 2014. - 329 с.
7. Канке, В.А. Философия. Исторический и систематический курс [Текст] : учебник / В.А. Канке. - Изд. 5-е, перераб. и доп. - Москва : Логос, 2015. - 375 с. : ил.
8. Кохановский, В.П. Философия [Текст] : конспект лекций : учебное пособие / В.П. Кохановский, Л.В. Жаров, В.П. Яковлев. - 16-е изд., стер. - Москва : Кнорус, 2013. - 191 с.
9. Марков, Б.В. Философия [Текст] : учебник / Б.В. Марков. - Санкт-Петербург : Питер, 2017. - 426 с.
10. Медведева, О.А. Философия. Человек. Общество. Культура : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 237 с.
11. Медведева, О.А. Философия [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.А. Медведева. - СПб. : [б. и.], 2014. – 166 с.. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
12. Миронов, В.В. Философия [Текст] : учебник / В.В. Миронов; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова. - Москва : Проспект, 2017. - 238, [1] с.
13. Руденко, А.М. Философия в схемах и таблицах : учебное пособие / А.М. Руденко. - 4-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. - 382 с.
14. Философия [Текст] : учебник / Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова ; под ред. А. Ф. Зотова, В. В. Миронова, А. В. Разина. - 6-е изд., перераб. и доп. - Москва : Проспект : Изд-во Московского ун-та, 2013. - 669, [1] с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>

- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link](http://window.edu.ru/(link) isexternal)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link](http://www.minsport.gov.ru/(link) isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Философия» не требует специального материально-технического обеспечения, однако при этом желательно наличие компьютерной техники и современных средств публичной демонстрации визуального материала (мультимедиа) в учебной аудитории.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра профилактической медицины и основ здоровья

Рабочая программа дисциплины

ЗДОРОВЬЕ ВЕТЕРАНОВ СПОРТА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 7 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК - 1	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ; - современные концепции физического воспитания, технологии организации 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ;

Самостоятельная работа студента	42							42	
Общая трудоемкость	часы	72						72	
	зачетные единицы	2						2	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Профессиональные заболевания спортсменов.	Понятие о профессиональной патологии. Профессиональные заболевания спортсменов. Виды профессиональной патологии в зависимости от вида спорта.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ; - современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования, <p>Умеет:</p>

			<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ; - планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ; - технологиями планирования занятий физической культурой и спортом; - навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
2.	Факторы риска профессиональных заболеваний в спорте.	Внешние и внутренние факторы риска профессиональных заболеваний спортсменов.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и

			<p>физкультурно-оздоровительной работы;</p> <ul style="list-style-type: none">- специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ;- современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования, <p>Умеет:</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- определять методы, формы и средства разработки образовательных программ;- планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы;- занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none">- разработки и реализации образовательных программ;- технологиями планирования занятий физической культурой и спортом;- навыками организации учебно-воспитательного
--	--	--	---

			<p>процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>
3.	Здоровье ветеранов спорта.	<p>Заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Заболевания нервной системы у спортсменов. Заболевания опорно-двигательного аппарата у спортсменов.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста; - теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки, технологии разработки и реализации образовательных программ; - современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования, <p>Умеет:</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять методы, формы и средства разработки

			<p>образовательных программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; - занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования. <p>Владеет навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки и реализации образовательных программ; - технологиями планирования занятий физической культурой и спортом; - навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
--	--	--	---

**4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция № 1. Понятие о профессиональных заболеваниях. Профессиональные заболевания спортсменов. Профессиональные факторы риска в спорте. Виды профессиональной патологии в зависимости от вида спорта.	2
2.	Лекция № 2. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний у спортсменов». Внешние и внутренние факторы риска профессиональных заболеваний у спортсменов. Экзогенные и эндогенные факторы риска возникновения профессиональных заболеваний у спортсменов. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в экстремальных и технических видах спорта. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в сложно-координационных видах спорта. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в	2

	игровых видах спорта. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в циклических видах спорта. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в силовых видах спорта.	
3.	Лекция № 3. Здоровье ветеранов спорта. Профилактика профессиональных заболеваний в спорте. Заболевания сердечно-сосудистой системы ветеранов спорта, профилактика. Заболевания дыхательной системы ветеранов спорта, профилактика. Заболевания иммунной системы ветеранов спорта, профилактика. Заболевания нервной системы ветеранов спорта, профилактика. Заболевания пищеварительной системы ветеранов спорта, профилактика. Заболевания опорно-двигательной системы ветеранов спорта, профилактика.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Занятие №1. Профессиональные заболевания спортсменов. Профессиональные факторы риска в спорте. Виды профессиональной патологии в зависимости от вида спорта.	2
1.	Занятие №2. Текущий контроль №1. «Профессиональные заболевания спортсменов». Профессиональные заболевания спортсменов, вызванные химическими факторами. Профессиональные заболевания кожи. Профессиональные заболевания спортсменов, вызванные ионизирующим излучением. Профессиональные заболевания спортсменов, вызванные вибрацией. Профессиональные заболевания спортсменов, вызванные интенсивным световым излучением. Профессиональные заболевания спортсменов, вызванные воздействием быстрых перепадов давления. Профессиональные заболевания спортсменов, связанные с пониженным атмосферным давлением.	2
2.	Занятие №3. Экзогенные и эндогенные факторы риска возникновения профессиональных заболеваний у спортсменов. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в экстремальных и технических видах спорта. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в сложно-координационных видах спорта. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в игровых видах спорта. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в циклических видах спорта. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов в силовых видах спорта.	2
2.	Занятие №4. Текущий контроль №2. «Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний у спортсменов». Внешние и внутренние факторы риска профессиональных заболеваний у спортсменов. Экзогенные и эндогенные факторы риска возникновения профессиональных заболеваний у спортсменов. Факторы риска возникновения профессиональных заболеваний спортсменов.	2
3.	Занятие №5. Здоровье ветеранов спорта. Заболевания сердечно-сосудистых заболеваний спортсменов. Заболевания и патологические состояния,	2

	препятствующие допуску к занятиям спортом. Заболевания опорно-двигательной системы спортсменов. Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы спортсменов. Факторы риска возникновения заболеваний иммунной системы спортсменов. Внешние и внутренние факторы риска экологически обусловленных заболеваний спортсменов.	
3.	Занятие №6. Текущий контроль №3. «Хроническое физическое перенапряжение опорно-двигательной системы спортсменов». Хроническое физическое перенапряжение мышц. Хроническое физическое перенапряжение сухожильно-связочного аппарата. Хроническое физическое перенапряжение суставного хряща. Хроническое физическое перенапряжение костной ткани. Профилактика травм и заболеваний опорно-двигательной системы спортсменов.	2
3.	Занятие №7. Текущий контроль №4. «Заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов». Гипертоническая болезнь. Ишемическая болезнь сердца. Стенокардия. Ишемическая болезнь сердца. Инфаркт миокарда. Атеросклероз. Внезапная смерть в спорте. Факторы риска возникновения внезапной сердечной смерти в спорте. Обморочные состояния в спорте. Определение, классификация, первая помощь. Профилактика внезапной сердечной смерти в спорте.	2
3.	Занятие №8. Заболевания опорно-двигательной системы у спортсменов. Факторы риска возникновения заболеваний опорно-двигательной системы спортсменов. Спортивная травма, первая помощь. Последствия спортивных травм. Понятие об усталостных переломах. Типичные локализации усталостных заболеваний опорно-двигательной системы в различных видах спорта. Понятие микротравма. Острая и хроническая микротравма.	2
3.	Занятие №9. Рубежный контроль №1. «Здоровье ветеранов спорта и профилактика профессиональных заболеваний в спорте».	2

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Желтухин, В.С. Статистика травматизма и возмещение вреда жизни и здоровью в игровых видах спорта : учебное пособие / В.С. Желтухин ; науч. ред. И.Н. Володин ; Казанский федеральный университет, Институт вычислительной математики и информационных технологий. – Казань : Издательство Казанского университета, 2013. – 148 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=480113>
2. Прогнозирование и комплексная профилактика профессиональных заболеваний в спорте : учебное пособие / О.Б. Крысюк, И.А. Афанасьева, Д.Д. Дальский, Э.В. Науменко; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 128 с. : ил.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина : учебное пособие / Е.Ю. Андриянова; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2014. – 211 с.: ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Егорова, С.А. Лечебная физкультура и массаж : учебное пособие / С.А. Егорова, Л.В. Белова, В.Г. Петрякова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2014. – 258 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457233>
3. Дергач, Е.А. Уход из спорта: причины и особенности : монография / Е.А. Дергач, С.К. Рябинина. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2012. – 174 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=229592>
4. Миллер, Л.Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.Л. Миллер ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Москва : Человек, 2015. – 185 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461419>
5. Особенности реабилитации в различных возрастных и гендерных группах : учебное пособие / О.Б. Крысюк, Р.Б. Цаллагова, В.В. Луткков [и др.]. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 117 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Профилактика спортивного травматизма : учебное пособие / авт.-сост. С.Ю. Калинин, И.Н. Калинина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2013. – 86 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459426>
7. Спатаева, М.Х. Физическая реабилитация: профилактика миофасциального синдрома в силовых видах спорта / М.Х. Спатаева, А.С. Лазаренко ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2017. – 108 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563140>
8. Спортивная медицина : учебник / под ред. А. В. Смоленского. - Москва : Академия, 2015. - 318, [1] с. : ил.
9. Чащин, М.В. Профессиональные заболевания в спорте / М.В. Чащин, Р.В. Константинов. - М. : Советский спорт, 2010. - 176 с.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>

- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link](http://window.edu.ru/(link) isexternal)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link](http://www.minsport.gov.ru/(link) isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра менеджмента и экономики спорта

Рабочая программа дисциплины

ЭКОНОМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

49.03.04 Спорт

Направленность (профиль) образовательной программы

Антидопинговое обеспечение в спорте

Квалификация:

Бакалавр

Форма обучения:

Очная / Заочная

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе в 8 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Универсальные компетенции	
Разработка и реализация проектов	УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.
Экономическая, в том числе финансовая грамотность	УК-10. Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности.
Общепрофессиональные компетенции	
Материально-техническое обеспечение	ОПК-19 Способен осуществлять материально-техническое оснащение занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-2	<p>УК – 2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения <p>УК – 2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений <p>УК – 2.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
УК-10	УК – 10.1. Знает:	Знает:

	<p>- основные документы, регламентирующие экономическую деятельность;</p> <p>- источники финансирования профессиональной деятельности;</p> <p>- принципы планирования экономической деятельности.</p> <p>УК – 10.2. Умеет:</p> <p>- обосновывать принятие экономических решений, использовать методы экономического планирования для достижения поставленных целей.</p> <p>УК – 10.3. Владеет:</p> <p>- навыками применения экономических инструментов.</p>	<p>- основные документы, регламентирующие экономическую деятельность;</p> <p>- источники финансирования профессиональной деятельности;</p> <p>- принципы планирования экономической деятельности.</p> <p>Умеет:</p> <p>- обосновывать принятие экономических решений, использовать методы экономического планирования для достижения поставленных целей.</p> <p>Владеет:</p> <p>- навыками применения экономических инструментов.</p>
ОПК-19	<p>ОПК – 19.1. Знает:</p> <p>- требования к материально-техническому оснащению занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий.</p> <p>ОПК – 19.2. Умеет:</p> <p>- выбирать средства материально-технического оснащения занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий и использовать их для решения поставленных задач</p> <p>ОПК – 19.3. Владеет:</p> <p>- навыком составления плана материально-технического оснащения занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий</p>	<p>Знает:</p> <p>- требования к материально-техническому оснащению занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий.</p> <p>Умеет:</p> <p>- выбирать средства материально-технического оснащения занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий и использовать их для решения поставленных задач</p> <p>Владеет:</p> <p>- навыком составления плана материально-технического оснащения занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий</p>

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

2.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Теоретико-методологические основы экономики физической культуры и спорта.	Экономика физической культуры и спорта как научная и учебная дисциплина. Физическая культура и спорт как отрасль национального хозяйства. Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта. Основной продукт отрасли «Физическая культура и спорт». Предложение и спрос на рынке физкультурно-спортивных услуг	Знает: - алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения Умеет: - определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений Владеет: - инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
2.	Ресурсное обеспечение организаций физической культуры и спорта.	Основные фонды и ресурсы отрасли «Физическая культура и спорт». Материально-техническая база отрасли «Физическая культура и спорт». Трудовые ресурсы отрасли «физическая культура и спорт» Предпринимательство в сфере физической культуры и спорта. Структура и содержание бизнес-плана физкультурно-спортивной организации.	Знает: - основные документы, регламентирующие экономическую деятельность; - источники финансирования профессиональной деятельности; - принципы планирования экономической деятельности. Умеет: - обосновывать принятие экономических решений, использовать методы экономического планирования для достижения поставленных целей. Владеет: - навыками применения экономических инструментов.
3.	Финансово-хозяйственная деятельность организаций в отрасли «Физическая культура и спорт»	Финансирование физической культуры и спорта. Финансово-хозяйственная деятельность физкультурно-спортивной организации.	Знает: - требования к материально-техническому оснащению занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий. Умеет: - выбирать средства материально-технического оснащения занятий физической культурой и спортом,

		Ценообразование на физкультурно-спортивные услуги. Смета физкультурно-спортивного мероприятия.	спортивных и физкультурных мероприятий и использовать их для решения поставленных задач Владеет: - навыком составления плана материально-технического оснащения занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий
4.	Внешнеэкономические связи в отрасли «Физическая культура и спорт».	Внешнеэкономические связи в отрасли «Физическая культура и спорт». Внешняя торговля России спортивными товарами. Экономический эффект от проведения крупных международных соревнований. Особенности внешней торговли социально-культурными услугами.	Знает: - основные документы, регламентирующие экономическую деятельность; - источники финансирования профессиональной деятельности; - принципы планирования экономической деятельности. Умеет: - обосновывать принятие экономических решений, использовать методы экономического планирования для достижения поставленных целей. Владеет: - навыками применения экономических инструментов.

2.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция 1. Предмет, цели и задачи дисциплины «Экономика ФКиС». Физическая культура и спорт как отрасль национального хозяйства. Государственное регулирование сферы физической культуры и спорта. Основной продукт отрасли «Физическая культура и спорт». Предложение и спрос на рынке физкультурно-спортивных услуг. Современные направления цифровой трансформации отрасли ФКиС.	2
2	Лекция 2. Материально-техническая база отрасли «Физическая культура и спорт». Основные производственные фонды, их классификация, состав и структура. Показатели использования основных производственных фондов. Оборотные средства.	2
2	Лекция 3. Трудовые ресурсы отрасли «Физическая культура и спорт». Особенности оплаты труда в отрасли «Физическая культура и спорт». Подготовка кадров для отрасли «Физическая культура и спорт».	2
2	Лекция 4. Предпринимательство в сфере физической культуры и спорта, его цели, функции и формы. Виды и функции предпринимательства. Организационно-правовые формы организаций в сфере ФКиС.	2
3	Лекция 5. Финансирование физкультурно-спортивных организаций. Бюджетное финансирование, его порядок и условия. Источники внебюджетного финансирования организаций сферы ФКиС.	2

3	Лекция 6. Финансово-хозяйственная деятельность физкультурно-спортивной организации и критерии ее оценки. Бюджет ФСО. Эффективность производственно-хозяйственной деятельности ФСО, ее виды и показатели.	
3	Лекция 7. Ценообразование на физкультурно-спортивные услуги. Структура цены. Ценовая дискриминация.	2
4	Лекция 8. Внешнеэкономические связи в отрасли «Физическая культура и спорт». Сущность внешнеэкономических связей, основные принципы и методы их регулирования. Экономический эффект от проведения крупных международных соревнований.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинар 1. Физическая культура и спорт как отрасль национального хозяйства.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Экономика ФКиС как учебная и научная дисциплина, ее межотраслевые и междисциплинарные связи. 2. Физкультура и спорт в отраслевой структуре национального хозяйства. Субъекты отрасли ФКиС. 3. Современные тенденции развития отрасли ФКиС. 4. Организационно-структурные, экономические и технологические особенности отрасли ФКиС. 5. Функции и структура отрасли ФКиС. 6. Нормативно-правовые и экономические основы функционирования физической культуры и спорта в Российской Федерации. <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение предложенных вопросов, выполнение задания.</p>	2
1	<p>Семинар 2. Основной продукт отрасли «Физическая культура и спорт».</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Физкультурно-спортивные услуги как продукт деятельности организаций и предприятий сферы ФКиС. 2. Понятие и функции рынка физкультурно-спортивных услуг. 3. Критерии сегментации рынка физкультурно-спортивных услуг. 4. Направления государственного регулирования рынка физкультурно-спортивных услуг. 5. Спрос и предложение на рынке отрасли «Физическая культура и спорт» <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение предложенных вопросов, решение деловых и ситуационных задач.</p>	2
2	<p>Семинар 3. Основные фонды и ресурсы отрасли «Физическая культура и спорт».</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные и оборотные фонды предприятия, их сущность и структура. 2. Материальные основные фонды отрасли ФКиС, их структура и назначение. Амортизация. 	2

	<p>3. Классификация основных физкультурно-спортивных сооружений.</p> <p>4. Паспорт и учетная карточка физкультурно-спортивного сооружения.</p> <p>5. Анализ функционирующей в России сети физкультурно-спортивных сооружений.</p> <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение предложенных вопросов, дискуссия.</p>	
2	<p>Семинар 4. Показатели использования материально-технической базы физической культуры и спорта</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Показатели эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений. 2. Система натуральных и стоимостных показателей оценки основных фондов ФКиС. 3. Оборотные средства физкультурно-спортивной организации и показатели их использования. <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение предложенных вопросов, решение деловых и ситуационных задач.</p>	2
2	<p>Семинар 5. Трудовые ресурсы и организация оплаты труда в отрасли «Физическая культура и спорт».</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Структура кадров и особенности труда в отрасли «Физическая культура и спорт». 2. Организация и стимулирование труда в сфере физической культуры и спорта 3. Принципы и факторы оплаты труда работников физической культуры и спорта 4. Элементы организации оплаты труда 5. Показатели, характеризующие персонал и эффективность труда отрасли <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение предложенных вопросов, решение деловых и ситуационных задач.</p>	2
2	<p>Семинар 6. Предпринимательская деятельность в сфере ФКиС</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Функции, формы и субъекты предпринимательства 2. Организационно-правовые формы предпринимательства, их преимущества и недостатки 3. Внешняя и внутренняя предпринимательская среда 4. Предпринимательский риск, пути его снижения. 5. Бизнес-план физкультурно-спортивной организации. <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение практических ситуаций, дискуссия.</p>	2
3	<p>Семинар 7. Финансирование физической культуры и спорта в России.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Порядок, формы и условия бюджетного финансирования физической культуры и спорта. 	2

	<p>2. Источники внебюджетного финансирования физической культуры и спорта, их сравнительный анализ.</p> <p>3. Налоговые и иные льготы как источник финансирования физкультурно-спортивных организаций</p> <p>4. Сущность, цели и условия спонсорской деятельности</p> <p>5. Механизм спонсорской деятельности: планирование, организация и контроль.</p> <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение предложенных вопросов, решение деловых и ситуационных задач.</p>	
3	<p>Семинар 8. Финансово-хозяйственная деятельность физкультурно-спортивной организации и оценка ее эффективности</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бюджет физкультурно-спортивной организации. 2. Виды эффективности деятельности организации 3. Основные показатели эффективности финансово-хозяйственной деятельности физкультурно-спортивной организации 4. Специфические показатели эффективности в отрасли ФКиС 5. Факторы, влияющие на эффективность деятельности ФСО <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение предложенных вопросов, решение деловых и ситуационных задач.</p>	2
3	<p>Семинар 9. Ценообразование на физкультурно-спортивные услуги.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Факторы и методы установления цены на физкультурно-спортивные услуги 2. Издержки производства, их сущность и классификация 3. Смета затрат на физкультурно-спортивные услуги 4. Калькуляция себестоимости физкультурно-спортивной услуги 5. Расчет цены на занятия физической культурой и спортом. 6. Составление сметы затрат на проведение спортивного мероприятия 7. Ценовая дискриминация и ее формы в отрасли ФКиС. <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение предложенных вопросов, решение деловых и ситуационных задач.</p>	2
4	<p>Семинар 10. Внешняя торговля России спортивными товарами и услугами. Определение экономического эффекта от проведения крупных международных соревнований.</p> <p><i>Вопросы для обсуждения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Внешнеэкономические связи, их цели, виды и формы 2. Особенности внешней торговли физкультурно-спортивными услугами 3. Структура и содержание внешнеторговых контрактов 4. Влияние экономических санкций на внешнеторговый оборот. 5. Оценка макроэкономических результатов Олимпийских игр. 6. Микроэкономические результаты Олимпийских игр. 	2

	<p>7. Факторы, определяющие уровень эффективности проведения Олимпийских игр и Чемпионатов мира.</p> <p><i>Форма проведения:</i> опрос студентов по основным положениям лекции, обсуждение предложенных вопросов, решение деловых и ситуационных задач.</p> <p><i>Рубежный контроль</i></p>	
--	---	--

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОСНОВНАЯ:

1. Андросова, Г.А. Организация и планирование деятельности предприятия в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2019. -171 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
2. Андросова, Г.А. Экономика физической культуры и спорта : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2018. – 175 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Смирнов, И.Ф. Предпринимательство в профессиональном спорте : учебное пособие. - Санкт-Петербург, 2018. – 219 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Сушикова, Т.С. Экономика физической культуры и спорта : учебное пособие / Т.С. Сушикова, Н.Р. Арбузина; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2020. – 179 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Экономика физической культуры и спорта : учебник / С.Н. Зозуля, М.И. Золотов, М.М. Золотов [и др.]. - Москва : Академия, 2016. - 190, [1] с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Лидс, М. А. Экономика спорта : учебник / М. А. Лидс, Алльмен Петер фон, В. А. Мэтисон ; пер. с англ. под науч. ред. К. Сосунова ; Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации. – Москва : Дело, 2021. – 576 с. – (Академический учебник). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=685770>
2. Менеджмент физической культуры: электронное учебное пособие / авт.-сост. Т. С. Сушикова, Н. Р. Арбузина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра социально-экономических дисциплин. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 140 с. : схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573622>
3. Мяконьков, В. Б. Спортивный маркетинг : учебник для вузов / В. Б. Мяконьков, Т. В. Копылова, Н. М. Егорова ; под общей редакцией В. Б. Мяконькова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 284 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12861-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518326>
4. Мяконьков, В.Б. Спортивный маркетинг : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. -144 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Мяконьков, В.Б. Спортивный маркетинг в социальных медиа коммуникациях : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2019. -120 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Начинская, С.В. Основы экономики и менеджмента в сфере физической культуры и спорта : учебник / С.В. Начинская. - Москва : Академия, 2014. - 159, [1] с.
7. Перфильева, И. В. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта: теоретико-методические аспекты : учебное пособие / И. В. Перфильева, Ю. А. Зубарев. — Волгоград : ВГАФК, 2015. — 261 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158079>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Починкин А.В. Экономика физической культуры и спорта : учебное пособие / А.В. Починкин; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры, кафедра

- управления, экономики и истории физической культуры и спорта. – 200 с. - Малаховка : [б. и.], 2011. – 200 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Сушикова, Т.С. Экономика физической культуры и спорта : практикум / Т.С. Сушикова, Н.Р. Арбузина; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск :СибГУФК, 2020. – 115 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
 10. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для вузов / С. С. Филиппов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 234 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12771-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492462>
 11. Чернявская, Е. Ю. Мировая экономика в сфере физической культуры и спорта: рабочая тетрадь по подготовке к практическим занятиям и организации самостоятельной работы студентов очной и заочной формы обучения : учебное пособие / Е. Ю. Чернявская. — Волгоград : ВГАФК, 2018. — 60 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158198>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
 12. Экономика и управление социальной сферой : учебник / Е. Н. Жильцов, Е. В. Егоров, Т. В. Науменко [и др.] ; под ред. Е. Н. Жильцова, Е. В. Егорова ; Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова. – 2-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2020. – 496 с. : ил., табл. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=621636>

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link%20isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №8** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-38шт, стул-108шт., стол письменный-1шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор OPTOMA DX319p, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165*92)-1шт., Компьютер "Эксперт»с монитором 18,5»LG)-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №5** (3 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-14шт, стул-37шт., стол письменный-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов АBBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. АBBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.