

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:
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная / Заочная

Санкт-Петербург 2022

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 водно-моторного и парусного видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)


**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 30 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Лукманов Ю.Х.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 01

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по парусным вида спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	Знает: - 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. 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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа автоспортсмена (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	<p>начальном отборе детей в секции парусных видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки автоспортсменов.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	<p>Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства автоспортсмена. Условия отбора.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
6.	Комплектование	Процедура	Знает:

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений автоспортсмена в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора автоспортсменов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора автоспортсменов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по парусным видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	2

2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа автоспортсмена; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	2
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами автоспорта; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки автоспортсменов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по парусным видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2

6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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%20isexternal))
 - 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 семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал автоспорта (1 этаж, нежилое помещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для тренировки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для пресса"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 (модуля)

Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:


Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,

Направленность (профиль) ОП

Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » июня 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Г.П. Виноградов

Рекомендована решением

Учебно-методического совета

« 31 » августа 2022 г., протокол № 01

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по атлетическим вида спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа атлета (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает 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. 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.
4.	Формы организации начального	Исследовательские подходы при начальном отборе	Знает: - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с

	отбора детей и подростков	детей в секции атлетических видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки атлетов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства атлета. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования состава сборной	Знает: - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с

	команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений атлета в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.	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. 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.
--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора атлетов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора атлетов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по атлетическим видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:	2

	<ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа атлета; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами атлетизма; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки атлетов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по атлетическим видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.</p>	2

6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2
---	--	---

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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**

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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 ис-пользования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал атлетизма (1 этаж, нежилое помещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для тренировки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для прессы"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 (модуля)


Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » ноября 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по игровым видам спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа игровика (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции игровых видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки баскетболистов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства баскетболиста. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование	Процедура	Знает:

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений атлета в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора баскетболистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора баскетболистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по игровым видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	<p>лекции №2 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа баскетболиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия баскетболом; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки баскетболистов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по игровым видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора</p>	2

	спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал атлетизма (1 этаж, нежи-лое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для трени-ровки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для прессы"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 борьбы

Рабочая программа дисциплины (модуля)

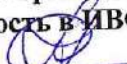
Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Б.И. Тараканов

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по борьбе подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа атлета (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает 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. 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.
4.	Формы организации начального	Исследовательские подходы при начальном отборе	Знает: - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с

	отбора детей и подростков	детей в секции атлетических видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки борцов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства атлета. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования состава сборной	Знает: - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с

	команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений атлета в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.	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. 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.
--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора борцов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора борцов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по борьбе; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа атлета;	2

	- Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами борьбы; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки борцов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по борьбе; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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 ис-пользования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал борьбы (1 этаж, нежилое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для тренировки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для прессы"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 велосипедного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Кузнецов А.А.

Рекомендована решением

Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по парусным вида спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа велоспортсмена (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	<p>начальном отборе детей в секции атлетических видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки велоспортсменов.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	<p>Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства велоспортсмена. Условия отбора.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
6.	Комплектование	Процедура	Знает:

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений велоспортсмена в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора велоспортсменов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора велоспортсменов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по парусным видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	2

2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа велоспортсмена; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	2
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами велоспорта; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки велоспортсменов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по парусным видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2

6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал велоспорта (1 этаж, нежилое помещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для тренировки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для пресса"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 (модуля)


Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » ноября 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по спортивным вида спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа волейболиста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	<p>начальном отборе детей в секции атлетических видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки волейболистов.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	<p>Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства волейболиста. Условия отбора.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
6.	Комплектование	Процедура	Знает:

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений волейболиста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора волейболистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора волейболистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по спортивным видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты 	2

	отбора спортсменов.	
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа волейболиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	2
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия спортивными играми; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки волейболистов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по спортивным видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей	2

	технической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>
6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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 ABYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.;

срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1С1С1910100745121401551, 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.

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 (модуля)


Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » ноября 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по игровым видам спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа гандболиста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>начального отбора детей и подростков</p>	<p>начальном отборе детей в секции атлетических видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки гандболистов.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
5.	<p>Отбор кандидатов в сборные команды</p>	<p>Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства гандболиста. Условия отбора.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
6.	<p>Комплектование</p>	<p>Процедура</p>	<p>Знает:</p>

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений гандболиста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора гандболистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора гандболистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по игровым видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	2

2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа гандболиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	2
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами гандбола; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки гандболистов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по игровым видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2

6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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](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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал гандбола (1 этаж, нежилое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для трени-ровки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для пресса"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 керлинга

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
« 30 » 06 2022 г., протокол № 19
Зав. кафедрой  Шулико Ю.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по керлингу подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	Знает: - 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. 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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа керлингиста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции керлинга: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки керлингистов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства керлингиста. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений керлингиста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА **6 СЕМЕСТР**

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора керлингистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА **6 СЕМЕСТР**

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора керлингистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по керлингу; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	<p>лекции №2 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа керлингиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами керлинга; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки керлингистов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по керлингу; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей</p>	2

	тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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 1С1С1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-

6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал керлинга (1 этаж, нежи-лое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для трени-ровки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для прессы"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 бокса им. ЗТ СССР А.Н. Кудрина

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
_____ Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Павленко А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по кикбоксингу подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа кикбоксера (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции кикбоксинга: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки кикбоксеров.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства кикбоксера. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений кикбоксера в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора кикбоксеров	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора кикбоксеров» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по кикбоксингу; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	<p>лекции №2 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа кикбоксера; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия кикбоксингом; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки кикбоксеров. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по кикбоксингу; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей</p>	2

	тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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 теории и методики конькобежного спорта и фигурного катания

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

_____ Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 29 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Мишин А.Н.

Рекомендована решением

Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по конькобежному виду спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа конькобежного спортсмена (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы	Исследовательские	Знает:

	<p>организации начального отбора детей и подростков</p>	<p>подходы при начальном отборе детей в секции конькобежных видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки конькобежных спортсменов.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
5.	<p>Отбор кандидатов в сборные команды</p>	<p>Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства конькобежного спортсмена. Условия отбора.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений конькобежного спортсмена в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.	Знает: - 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. 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.

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора конькобежных спортсменов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора конькобежных спортсменов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора;	2

	<ul style="list-style-type: none"> - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по конькобежным видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	
2	<p>Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа конькобежного спортсмена; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	2
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами конькобежный спорта; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки конькобежных спортсменов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по конькобежным видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора</p>	2

	спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.

4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. — 103 с. : схем., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>
6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал конькобежный спорта (1 этаж, нежилое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для тренировки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для прессы"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смита"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 (модуля)


Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«30» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Д.С. Зайко

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по атлетическим вида спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа атлета (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает 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. 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.
4.	Формы организации начального	Исследовательские подходы при начальном отборе	Знает: - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с

	отбора детей и подростков	детей в секции атлетических видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки легкоатлетов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства легкоатлета. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений атлета в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА **6 СЕМЕСТР**

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора легколегкоатлетов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА **6 СЕМЕСТР**

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора легколегкоатлетов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по атлетическим видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	<p>лекции №2 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа атлета; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия легкой атлетикой; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки легкоатлетов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по атлетическим видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора</p>	2

	спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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 теории и методики лыжных видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
_____ Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 29 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Сергеев Г.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

« 31 » 08 20 22 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по лыжным видам спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа лыжника (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции лыжных видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки лыжников.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства лыжника. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений лыжника в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора лыжников	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора лыжников» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по лыжным видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам).	2

	<p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа лыжника; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами атлетизма; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки лыжников. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по лыжным видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей</p>	2

	тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал атлетизма (1 этаж, нежи-лое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для трени-ровки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для прессы"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 (модуля)


Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » ноября 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по игровым видам спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа теннисиста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>начального отбора детей и подростков</p>	<p>начальном отборе детей в секции атлетических видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки теннисистов.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
5.	<p>Отбор кандидатов в сборные команды</p>	<p>Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства теннисиста. Условия отбора.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
6.	<p>Комплектование</p>	<p>Процедура</p>	<p>Знает:</p>

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений теннисиста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора теннисистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора теннисистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по игровым видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	2

2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа теннисиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	2
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия настольным теннисом; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки теннисистов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по игровым видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2

6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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](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**

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал тенниса (1 этаж, нежилое помещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для тренировки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для пресса"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 неолимпийских видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,

Направленность (профиль) ОП

Тренерско-преподавательская

деятельность в ДВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Никитин А.А.

Рекомендована решением

Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по неолимпийским вида спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная ориентация.	Научная разработка проблемы спортивной	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и

		<p>ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа спортсмена (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	<p>Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.</p>	<p>Знает методики спортивной ориентации и</p> <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
4.	Формы организации начального	<p>Исследовательские подходы при начальном отборе</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с

	отбора детей и подростков	детей в секции неолимпийских видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки спортсменов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства спортсмена. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений спортсмена в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА **6 СЕМЕСТР**

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА **6 СЕМЕСТР**

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по неолимпийским видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2

2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа спортсмена; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	2
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами неолимпийских видов спорта; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки спортсменов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по неолимпийским видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей	2

	технической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>
6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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\(link isexternal\)](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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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 ABYY 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 ис-пользования –ежегодная пролонгация. АBBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распростра-няемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к инфор-мации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок ис-пользования – бессрочно.

Помещение для проведения практических занятий - Зал неолимпийских видов спорта (1 этаж, нежи-лое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для трени-ровки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для прессы"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 водно-моторного и парусного видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)


**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 30 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Лукманов Ю.Х.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » 08 2022 г., протокол № 01

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по парусному спорту подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа спортсмена (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>начального отбора детей и подростков</p>	<p>начальном отборе детей в секции парусного спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки спортсменов.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
5.	<p>Отбор кандидатов в сборные команды</p>	<p>Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства спортсмена. Условия отбора.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
6.	<p>Комплектование</p>	<p>Процедура</p>	<p>Знает:</p>

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений спортсмена в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по парусному спорту; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	2

2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа спортсмена; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	2
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия парусным спортом; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки спортсменов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по парусному спорту; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора	2

	спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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 теории и методики плавания

Рабочая программа дисциплины (модуля)

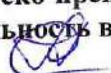
Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
« 29 » августа 2022 г., протокол № 1
Зав. кафедрой  А.А. Литвинов

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 21 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по плаванию подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа пловца (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции плавания: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки пловцов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства пловца. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования состава сборной	Знает: - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с

	команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений пловца в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.	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. 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.
--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора пловцов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора пловцов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по плаванию; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа пловца;	2

	- Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия плаванием; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки пловцов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по плаванию; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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 ис-пользования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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 теории и методики плавания

Рабочая программа дисциплины (модуля)

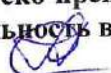
Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей


Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
« 29 » августа 2022 г., протокол № 1
Зав. кафедрой  А.А. Литвинов

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 21 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по неолимпийским вида спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа регбиста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции атлетических видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки регбистов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства регбиста. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений регбиста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора регбистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора регбистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по неолимпийским видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа регбиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами регбиа; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки регбистов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по неолимпийским видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора	2

	спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал регбиа (1 этаж, нежи-лое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для трени-ровки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для прессы"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 керлинга

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
« 30 » 06 2022 г., протокол № 19
Зав. кафедрой  Шулико Ю.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по скалолазанию подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа скалолаза (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	<p>начальном отборе детей в секции скалолазания: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки скалолазов.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	<p>Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства скалолаза. Условия отбора.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
6.	Комплектование	Процедура	Знает:

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений скалолаза в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора скалолазов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора скалолазов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по скалолазанию; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	<p>лекции №2 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа скалолаза; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия скалолазанием; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки скалолазов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по скалолазанию; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей</p>	2

	тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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 теории и методики неолимпийских видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,

Направленность (профиль) ОП

Тренерско-преподавательская

деятельность в ДВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Никитин А.А.

Рекомендована решением

Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по спортивному туризму подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа спортсмена (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции спортивного туризма: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки спортсменов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства спортсмена. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование	Процедура	Знает:

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений спортсмена в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по спортивному туризму; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	2

2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа спортсмена; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	2
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия спортивным туризмом; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки спортсменов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по спортивному туризму; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2

6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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](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**

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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 теории и методики спортивных игр

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » ноября 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по игровым видам спорта подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа теннисиста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	<p>начальном отборе детей в секции атлетических видов спорта: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки теннисистов.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	<p>Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства теннисиста. Условия отбора.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
6.	Комплектование	Процедура	Знает:

	сборных команд	<p>комплектования состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного.</p> <p>Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений теннисиста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>- методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	----------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора теннисистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	<p>Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора теннисистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по игровым видам спорта; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов. 	2

2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа теннисиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	2
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия теннисом; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки теннисистов.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по игровым видам спорта; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2

6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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](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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал тенниса (1 этаж, нежилое помещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для тренировки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для пресса"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 велосипедного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Кузнецов А.А.

Рекомендована решением

Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по триатлону подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа триатлониста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции триатлона: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки триатлонистов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства триатлониста. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений триатлониста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора триатлонистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора триатлонистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по триатлону; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	<p>лекции №2 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа триатлониста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия триатлоном; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки триатлонистов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по триатлону; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей</p>	2

	тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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 теории и методики бокса им. ЗТ СССР А.Н. Кудрина

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
_____ Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой _____ Павленко А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по тхэквондо подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа тхэквондиста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции тхэквондо: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки тхэквондистов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства тхэквондиста. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений тхэквондиста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора тхэквондистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора тхэквондистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по тхэквондо; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	<p>лекции №2 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа тхэквондиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами тхэквондоа; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки тхэквондистов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по тхэквондо; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей</p>	2

	тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. - 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал тхэквондоа (1 этаж, нежи-лое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для трени-ровки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для прессы"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 фехтования им. К.Т. Булочко

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Г.Б. Шустиков

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по фехтованию подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа фехтовальщика (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции фехтования: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки фехтовальщиков.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства фехтовальщика. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений фехтовальщика в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора фехтовальщиков	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора фехтовальщиков» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по фехтованию; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	лекции №2 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Определение идеального типа фехтовальщика; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов.	
3	Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия различными видами фехтования; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний.	2
4	Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки фехтовальщиков.	2
5	Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по фехтованию; - Условия отбора кандидатов в сборные команды.	2
6	Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды.	2
2	Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.	2
3	Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.	2
6	Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.	2
6	Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.	2
6	Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей	2

	тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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.

Помещение для проведения практических занятий - Зал фехтования (1 этаж, нежилое помещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для тренировки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., тренажер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для пресса"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смита"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 футбола

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«29» августа 2022 г., протокол № 1
Зав. кафедрой  М.Ю. Нифонтов

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«21» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по футболу подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа футболиста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции футбола: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки футболистов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства футболиста. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений футболиста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора футболистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора футболистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по футболу; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу	2

	<p>лекции №2 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа футболиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия футболом; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки футболистов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по футболу; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.»</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам).</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей</p>	2

	тактической подготовленности.	
6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный

университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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 теории и методики хоккея

Рабочая программа дисциплины (модуля)

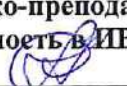
**Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и
сопровождения спортивно одаренных детей**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

_____ Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  А.В. Тоцицкий

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: очное обучение – *зачет с оценкой*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
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.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-2.2. 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
--	--	--

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	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	24						24		
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6						6		
Самостоятельная работа студента	66						66		
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Общая характеристика проблемы ориентации и отбора спортсменов.	Отбор спортсменов как раздел работы тренера по хоккею подразделяется на три взаимообусловленные и в то же время относительно самостоятельные части: спортивная ориентация, комплектование сборных команд, спортивный отбор.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2.	Спортивная	Научная разработка	Знает:

	ориентация.	проблемы спортивной ориентации, спортивной селекции и комплектования сборных команд выдвинула перед учёными и тренерами четыре задачи: 1) определение идеального типа хоккеиста (модель олимпийского чемпиона, его модельные характеристики); 2) прогнозирование темпов роста спортивных достижений; 3) классификация отбираемых спортсменов на одарённых и неодарённых; 4) определение формы организации процесса отбора спортсменов.	- 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. 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.
3.	Прогнозирование спортивных достижений	Научная основа задачи – поиск батареи надёжных тестов. Исследовательские подходы: изучение стабильности характеристики человека; изучение наследственных влияний. Для изучения стабильности характеристик человека используют следующие методы: динамические (лонгитудальные) исследования; корреляция между ювенальными (ранними) и дефинитивными (более поздними) достижениями в тестах и измерениях; изучение спортивных биографий; изучение физиограмм.	Знает методики спортивной ориентации и Знает: - 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. 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.
4.	Формы организации	Исследовательские подходы при	Знает: - методики спортивной ориентации и

	начального отбора детей и подростков	начальном отборе детей в секции хоккея: изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки хоккеистов.	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. 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.
5.	Отбор кандидатов в сборные команды	Два способа отбора спортсменов: кратковременный и длительный. Принципы отбора: общая гласность, обеспечение равных возможностей для всех претендентов на звание кандидатов в сборную команду, стимуляция спортсменов к достижению высоких результатов, опора на установленные основные критерии мастерства хоккеиста. Условия отбора.	Знает: - 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. 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.
6.	Комплектование сборных команд	Процедура комплектования	Знает: - методики спортивной ориентации и

	<p>состава сборной команды состоит из двух этапов: предварительного и окончательного. Факторы, влияющие на окончательное комплектование сборной команды: состав предполагаемых противников; состав судейской коллегии (особенности их требований); место проведения соревнований; характер предстоящих соревнований; наличие опыта в аналогичных соревнованиях, уровень стабильности достижений хоккеиста в соревнованиях; психологическая совместимость членов команды.</p>	<p>отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и 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.
--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Общая характеристика проблемы ориентации и отбора хоккеистов	2
2	Лекция №2. Спортивная ориентация	2
3	Лекция №3. Прогнозирование спортивных достижений	2
4	Лекция №4. Формы организации начального отбора детей и подростков	2
5	Лекция №5. Отбор кандидатов в сборные команды	2
6	Лекция № 6. Комплектование сборных команд	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 6 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Общая характеристика проблемы ориентации и отбора хоккеистов» Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам). Примерные вопросы: - Анализ существующих мнений и перспективы дальнейших исследований проблем отбора; - Практические рекомендации по технологии отбора; - Отбор спортсменов как раздел работы тренера по хоккею; - Педагогические, экономические, этические, метрологические аспекты отбора спортсменов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Спортивная ориентация.» Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам).	2

	<p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение идеального типа хоккеиста; - Классификация отбираемых спортсменов; - Определение формы организации процесса отбора спортсменов. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Прогнозирование спортивных достижений.» Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Поиск батареи надёжных тестов, которые позволяют прогнозировать степень одарённости детей для занятия хоккеем; - Прогнозирование индивидуальных спортивных достижений; - Изучение стабильности характеристик человека; - Изучение наследственных влияний. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Формы организации начального отбора детей и подростков.» Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение феноменологических (внешне проявляемых) показателей; - Изучение реальных морфо-функциональных характеристик и механизмов, лимитирующих двигательную одарённость; - Изучение скорости превращения ребёнка во взрослого (время пубертатного скачка, акселерация, ретордация развития); - Учёт факторов, предопределяющих особенности роста спортивных достижений на начальных и последующих этапах многолетней тренировки хоккеистов. 	2
5	<p>Семинарское занятие №5. «Отбор кандидатов в сборные команды.» Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности отбора кандидатов в сборные команды; - Кратковременный отбор (в рамках текущего тренировочного года – для участия в главном соревновании года); - Длительный отбор (в рамках спартакиадных и олимпийских четырёхлетних циклов); - Принципы отбора кандидатов в сборные команды по хоккею; - Условия отбора кандидатов в сборные команды. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Комплектование сборных команд.» Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам). Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разновидности и критерии комплектования сборных команд; - Предварительное комплектование сборных команд; - Окончательное комплектование сборных команд; - Факторы, влияющие на окончательное комплектование состава сборной команды. 	2
2	<p>Семинарское занятие № 7. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы.</p>	2
3	<p>Семинарское занятие № 8. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 9. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных антропометрических показателей.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 10. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей технической подготовленности.</p>	2
6	<p>Семинарское занятие № 11. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей тактической подготовленности.</p>	2

6	Семинарское занятие № 12. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.	2
---	--	---

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

ОСНОВНАЯ:

1. Зобкова, Е.А. Спортивный отбор в спорте : учебное пособие / Е.А. Зобкова; Брянское государственное училище (колледж) олимпийского резерва. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 33 с. : ил.
2. Золотарева, А.В. Тьюторское сопровождение одаренного ребенка : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / А.В. Золотарева, Е.Н. Лекомцева, А.Л. Пикина. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 182, [2] с. : табл.
3. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
4. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие для вузов / Т. А. Завьялова [и др.] ; под редакцией С. Е. Шивринской. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07551-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514967>
5. Тьюторское сопровождение одаренных старшеклассников : учебное пособие для вузов / Н.А. Гусева, Е.А. Дмитриева, А.В. Золотарева [и др.]; ответственный редактор Е. Н. Лекомцева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2021. - 259, [1] с. : ил., табл.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Багаутдинова, Н.В. Спортивный отбор и ориентация в конькобежном спорте : учебное пособие / Н.В. Багаутдинова, К.В. Диких; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. - Омск : СибГУФК, 2021. – 84 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. 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 : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
3. Педагогика дополнительного образования. Работа с детьми с особыми образовательными потребностями : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, Е.Б. Кириченко, М.П. Кривунь [и др.]; под ред. Л. В. Байбородовой. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 240, [1] с.
4. Психолого-педагогическое сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи : учебное пособие / составитель М. А. Сокольская. — Курган : КГУ, 2021. — 194 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177939> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Реуцкая, Е. А. Отбор и ориентация в системе подготовки спортсменов в лыжных гонках и биатлоне : учебное пособие / Е. А. Реуцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2021. – 103 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690283>

6. Семёнова, Г.И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г.И. Семёнова; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, Екатеринбург. - Москва : Юрайт ; Екатеринбург : УрФУ, 2021. - 104, [2] с. : ил.
7. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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 ис-пользования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензион-ный 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 теории и методики водно-моторного и парусного видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)


**Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(автомобильный спорт)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 30 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Лукманов Ю.Х.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 01

Санкт-Петербург, 2022

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	
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
	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-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	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

	<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>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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>учебно-воспитательного процесса и 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> <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 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; 	<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;

	<p>- проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>ОПК-3.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>- проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>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 	<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>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;

	сфере спортивной подготовки и сфере образования.	- методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
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.
--	--	--

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 (зачет)	6					6			
Самостоятельная работа студента	90					90			
Общая трудоемкость	часы	144				144			
	зачетные единицы	4				4			

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

3.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Основы организации и построения занятий для начинающих в парусных видах спорта	Структура занятия (подготовительная, основная и заключительная части). Содержание занятий для начинающих. Планирование занятий в микро-мезо и макроциклах. Учёт и контроль нагрузки	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:

			<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:</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.
2	Организация и построение физкультурно-массовых мероприятий	<p>Виды и характеристика физкультурно-массовых мероприятий в автомобильном спорте. Инвентарь и оборудования для проведения физкультурно-массовых мероприятий. Порядок проведения физкультурно-массовых мероприятий для различных категорий населения. Основные документы, регламентирующие проведение физкультурно-массовых мероприятий.</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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
3	Организация и проведение соревнований для различных категорий граждан	<p>Характеристика соревнований. Инвентарь и оборудования для проведения соревнований. Порядок проведения соревнований для</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

		<p>различных категорий населения. Основные документы, регламентирующие проведение соревнований</p>	<p>физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
4	<p>Правила проведения соревнований по автомобильному спорту</p>	<p>Правила соревнований по автомобильному спорту Виды соревнований по автомобильному спорту. Характеристика положения о соревновании. Состав судейской коллегии. Обязанности и права членов судейской коллегии. Порядок проведения соревнований. Права и обязанности участников соревнований. Методика судейства соревнований</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>

			- 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.
--	--	--	---

3.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
5 СЕМЕСТР		16
1	Содержание занятий парусного спорта для начинающих, методы, средства.	2
1	Структура построения занятия (подготовительная, основная, заключительная части)	2
1	Планирование нагрузки тренировочного занятия(микро, мезо, макро циклы)	2
1	Учет и контроль нагрузки на занятиях парусным спортом	2
2	Виды и характеристика физкультурно-массовых мероприятий в автомобильном спорте	2
3	Виды и характеристика соревнований по автомобильному спорту	2
4	Правила проведения соревнований по автомобильному спорту	2
4	Порядок проведения соревнований по автомобильному спорту	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
5 СЕМЕСТР		32
1	№1 Практическое. Разработка подготовительной части тренировочного занятия по автомобильному спорту	2
1	№2 Практическое. Разработка основной части тренировочного занятия по автомобильному спорту	2
1	№3 Практическое. Разработка заключительной части тренировочного занятия по автомобильному спорту	2
1	№4 Практическое. Планирование тренировочных занятий в автомобильном спорте в микро, мезо и макроциклах. Учет и контроль нагрузки.	2
2	№5 Практическое. Разработка сценария фестиваля по автомобильному спорту	2
2	№6 Практическое. Разработка и проведение спортивного праздника по автомобильному спорту	2
3	№ 7 Практическое. Разработка документации для проведения соревнований по автомобильному спорту в виде маршрутной гонки	2
3	№ 8-9 Практическое. Проведение соревнований в виде маршрутной гонки	4
3	№ 10 Практическое. Разработка документации для проведения соревнований по автомобильному спорту в виде гонок флота	2

3	№11-12 Практическое. Проведение соревнований в виде гонки флота	4
3	№ 13 Практическое. Разработка документации для проведения соревнований по автомобильному спорту в виде командных гонок	2
3	№14-15 Практическое. Проведение соревнований по командным гонкам	4
4	№16 Практическое. Составление отчетной документации о соревнованиях	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978–5–85341–898–1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине «Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и сопровождения спортивно одаренных детей (автомобильный спорт)» необходимы:

- спортивная база (элинг для хранения швертботов, моторного катера, ремонтная мастерская, причальные понтоны), зал с тренажерами (для физической подготовки);

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, видеомаягнитофон, телевизор, DVD-проигрыватель, видеокассеты (VHS) и компакт-диски с видеозаписями соревнований, и другого учебного материала, цифровая видеокамера.

1. Помещение для хранения спортивного инвентаря
2. Тренажерный зал
3. Конференц-зал
4. Аудитория

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 гимнастики

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(акробатический рок-н-рол)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Терехина Р.Н.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: *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 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
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-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>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 	<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

	<p>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>рамках сферы 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.
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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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- 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

	спортивной деятельности.	видов физкультурно-спортивной деятельности.
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>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>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>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-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 	<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

	<p>процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>- навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.</p>	<p>контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <p>- 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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Физиологическая характеристика акробатического рок-н-ролла и его влияние на организм занимающихся.	Влияние занятий акробатическим рок-н-роллом на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	<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

			<p>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:</p> <p>- навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий</p>
--	--	--	--

			физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
2.	Обеспечение техники безопасности на занятиях по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.	Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Инвентарь и экипировка акробатического рок-н-ролла.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.</p> <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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

3.	Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств акробатического рок-н-ролла.	Акробатический рок-н-ролл как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий акробатическим рок-н-роллом на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	<p>деятельности.</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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, чувствительные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие
----	---	---	--

			<p>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>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.
--	--	--	--

4.	<p>Организация и проведение занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.</p>	<p>Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей дошкольного возраста. Организация, методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного 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 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-
----	---	--	--

			<p>воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы 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.
5.	<p>Организация и проведение занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.</p>	<p>Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий акробатическим рок-н-роллом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного 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

			<p>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:</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.
6.	Организация и проведение занятий по	Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и

	<p>акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>и возраста. Организация и методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>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> <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-</p>
--	--	---	---

			<p>оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы 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.
7.	<p>Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.</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

			<p>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> <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.
8.	Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.	Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.	<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

		<p>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.
--	--	--	----------

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. Физиологическая характеристика акробатического рок-н-ролла как вида спорта и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий по акробатическому рок-н-роллу на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	2
2.	Лекция № 2. Обеспечение техники безопасности на занятиях по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий с оздоровительной и образовательной направленностью Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Инвентарь и экипировка. Подготовка инвентаря к занятиям.	2
3.	Лекция № 3. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств акробатического рок-н-ролла. Акробатический рок-н-ролл как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий по акробатическому рок-н-роллу на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2
4.	Лекция № 4. Организация занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей дошкольного возраста. Организация, методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.	2
5.	Лекция № 5. Организация занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	2
6.	Лекция № 6. Организация занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью со	2

	взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	
7.	Лекция № 7. Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Лекция № 8. Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
2.	Практическое занятие – 1 Обеспечение техники безопасности на занятиях акробатическим рок-н-роллом с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по акробатическому рок-н-роллу.	2
3.	Практическое занятие – 2 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств акробатического рок-н-ролла. Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2
4.	Практическое занятие – 3-4 Организация и проведение занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста. Организация, методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.	4
4.	Практическое занятие – 5-6 Организация и проведение занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста.	4
4.	Практическое занятие – 7-8 Организация и проведение занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста.	4

	Организация, методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста.	
4.	Практическое занятие – 9-10 Организация и проведение занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста.	4
5.	Практическое занятие – 11 Организация и проведение занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста.	2
5.	Практическое занятие – 12 Организация и проведение занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Организация и методика проведения занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
7.	Практическое занятие – 13 Планирование и учет тренировочной нагрузки на занятиях по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учета тренировочной нагрузки на занятиях по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 14 Педагогический, контроль в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью. Педагогический контроль в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического контроля в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 15 Психологический контроль в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью. Психологический контроль в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы психологического контроля в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 16 Медико-биологический контроль в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью. Медико-биологический контроль в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

Виды и формы медико-биологического контроля в процессе занятий по акробатическому рок-н-роллу с оздоровительной и образовательной направленностью.
--

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; ISBN 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОБОРУДОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Батут спортивный со страховочными столами	штук	1
2.	Брусья навесные на гимнастическую стенку	штук	3
3.	Весы до 200 кг	штук	1
4.	Гимнастический куб-подставка	штук	2
5.	Зеркало настенное 12 х 2 м	штук	1
6.	Канат для лазанья диаметром 30 мм	штук	1
7.	Лонжа страховочная сальтовая	комплект	1
8.	Лонжа страховочная универсальная	комплект	1
9.	Маты гимнастические	штук	4
10.	Маты поролоновые (200 х 300 х 40 см)	штук	1
11.	Минитрамп с открытой рамой	комплект	1
12.	Музыкальный центр	штук	1
13.	Напольное покрытие татами (4 х 4 м)	комплект	1
14.	Скамейка гимнастическая	штук	2
15.	Станок хореографический 12 м	комплект	1
16.	Стационарная потолочная подвеска лонжи	штук	2
17.	Стенка гимнастическая	штук	6
18.	Стоялки гимнастические	штук	10
19.	Турник навесной на гимнастическую стенку	штук	3
20.	Утяжелители для рук и ног весом от 100 до 300 г	штук	20

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

Помещение 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 атлетизма

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(атлетизм: бодибилдинг, гиревой спорт, пауэрлифтинг, тяжелая
атлетика)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«28» июня 2022 г., протокол № 11
Зав. кафедрой  Г.П. Виноградов

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Санкт-Петербург, 2022

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	
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
	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-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	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

	<p>процесса и 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>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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>процесса и 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> <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 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 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых,

	<p>базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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 	<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

	<p>возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственнотренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психологопедагогическое 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 собственнотренировочные средства из своего вида спорта; - методиками психологопедагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования. 	<p>возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственнотренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психологопедагогическое 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 собственнотренировочные средства из своего вида спорта; - методиками психологопедагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
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 	<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

	<p>комплексного контроля в избранном виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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>контроля в избранном виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Применение оздоровительных технологий в атлетизме.	<p>Научное обоснование оздоровительных технологий в атлетизме.</p> <p>Профилактика травматизма в атлетизме.</p> <p>Целенаправленное укрепление мышц, связок и других физиологических систем организма у юных атлетов, необходимых для соревновательной деятельности.</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"> - 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.
2.	Гигиена и профилактика травматизма при занятиях атлетизмом.	<p>Причины заболеваний и травмы при занятиях атлетизмом. Методика организации занятий атлетизмом.</p> <p>Материально-техническое</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-

		<p>обеспечение атлетизмом. Средства и методы профилактики травматизма на занятиях атлетизмом. Страховка в атлетизме. Связь тренера со спортивным врачом.</p>	<p>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 подготовки и сфере образования.</p>
3.	Техника безопасности на занятиях атлетизмом	<p>Особенности техники безопасности при занятиях атлетизмом. Страховка на занятиях атлетизмом.</p>	<p>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. 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-</p>

			<p>тренировочные средства из своего вида спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
4.	<p>Исследование и оценка функционального состояния организма в атлетизме.</p>	<p>Необходимые базовые знания по разделу врачебного контроля. Цели функциональной диагностики здоровых людей и спортсменов. Определение и оценка физической работоспособности.</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.
5.	<p>Виды функциональных проб.</p>	<p>Общие требования, предъявляемые к функциональным пробам. Пробы с физической нагрузкой. Требования ВОЗ, предъявляемые к тестирующим нагрузкам. Велоэргометрия. Цели проведения нагрузочной велоэргометрической</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;

		<p>пробы в кардиологии. Противопоказания к проведению велоэргометрии и тредмил-теста. Критерии прекращения велоэргометрической пробы.</p>	<p>- 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.</p>
6.	<p>Исследование и оценка физической работоспособности в атлетизме.</p>	<p>Физическая работоспособность. Физическая работоспособность человека определяется его аэробной и анаэробной производительностью. Ресинтез АТФ. Вклад в энергообеспечение аэробных и анаэробных механизмов энергопродукции в зависимости от интенсивности и продолжительности нагрузки.</p>	<p>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:</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.
7.	Способы определения МПК: прямой и непрямой.	<p>Максимальное потребление кислорода.</p> <p>Субмаксимальный тест PWC₁₇₀.</p> <p>Проведение теста PWC₁₇₀ с помощью велоэргометра.</p> <p>Оценка относительных значений показателя PWC₁₇₀. Соотношение показателя PWC₁₇₀ и величины МПК.</p> <p>Определение PWC₁₇₀ с помощью степ-теста.</p> <p>Непрямой метод определения МПК.</p> <p>Прямой метод определения МПК.</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.
8.	Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования	<p>Определение направленности тренировочного процесса по показателю ПАНО.</p> <p>Оценка адаптационных резервов организма</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,

	спортсменов. Тест вариационной пульсометрии. Комплексная оценка резервов здоровья спортсменов. Оценка функциональных резервов ЦНС по тесту зрительно-моторной реакции.	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 семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Применение оздоровительных технологий в атлетизме.	2
2	Лекция №2. Гигиена и профилактика травматизма при занятиях атлетизмом.	2
3	Лекция №3. Техника безопасности при занятиях атлетизмом.	2
4	Лекция №4. Исследование и оценка функционального состояния организма в атлетизме.	2
5	Лекция № 5. Виды функциональных проб.	2
6	Лекция № 6. Исследование и оценка физической работоспособности в атлетизме.	2
7	Лекция № 7. Способы определения МПК: прямой и непрямой.	2
8	Лекция № 8. Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Применение оздоровительных технологий в атлетизме». Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам)	2

	<p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Научное обоснование оздоровительных технологий в атлетизме; - Профилактика травматизма на занятиях атлетизмом; - Целенаправленное укрепление мышц, связок и других физиологических систем организма у юных атлетов. 	
2	<p>Семинарское занятие №2. «Гигиена и профилактика травматизма при занятиях атлетизмом».</p> <p>Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Причины заболеваний и травмы при занятиях атлетизмом; - Методика организации занятий атлетизмом; - Материально-техническое обеспечение занятий атлетизмом; - Средства и методы профилактики травматизма на занятиях атлетизмом. - Страховка при занятиях атлетизмом; - Связь тренера со спортивным врачом. 	2
3	<p>Семинарское занятие №3. «Техника безопасности при занятиях атлетизмом».</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Особенности техники безопасности на занятиях атлетизмом; - Подготовительные средства для страховки; - Самостраховка средствами атлетизма - Технические средства для страховки во время тренировочного процесса; 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Исследование и оценка функционального состояния организма в атлетизме».</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Необходимые базовые знания по разделу врачебного контроля; - Цели функциональной диагностики здоровых людей и спортсменов; - Определение и оценка физической работоспособности. 	2
5	<p>Семинарское занятие № 5. «Виды функциональных проб».</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Общие требования, предъявляемые к функциональным пробам; - Пробы с физической нагрузкой; - Требования ВОЗ, предъявляемые к тестирующим нагрузкам; - Велоэргометрия; - Цели проведения нагрузочной велоэргометрической пробы в кардиологии; - Противопоказания к проведению велоэргометрии и тредмил-теста; - Критерии прекращения велоэргометрической пробы. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Исследование и оценка физической работоспособности в атлетизме».</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Физическая работоспособность; - Аэробная и анаэробная производительность; - Ресинтез АТФ; - Вклад в энергообеспечение аэробных и анаэробных механизмов энергопродукции в зависимости от интенсивности и продолжительности нагрузки. 	2
7	<p>Семинарское занятие № 7. «Способы определения МПК: прямой и непрямой».</p> <p>Опрос по материалу лекции №7 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Максимальное потребление кислорода; 	2

	<ul style="list-style-type: none"> - Субмаксимальный тест PWC 170; - Проведение теста PWC 170 с помощью велоэргометра; - Оценка относительных значений показателя PWC 170; - Соотношение показателя PWC 170 и величины МПК; - Определение PWC 170 с помощью степ-теста; - Непрямой метод определения МПК; - Прямой метод определения МПК. 	
8	<p>Семинарское занятие № 8. «Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования».</p> <p>Опрос по материалу лекции №8 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение направленности тренировочного процесса по показателю ПАНО; - Оценка адаптационных резервов организма спортсменов; - Тест вариационной пульсометрии; - Комплексная оценка резервов здоровья спортсменов; - Оценка функциональных резервов ЦНС по тесту зрительно-моторной реакции. 	2
1	Семинарское занятие № 9. Средства укрепления мышц, связок и других физиологических систем организма у юных атлетов.	2
2	Семинарское занятие № 10. Средства и методы профилактики травматизма на занятиях атлетизмом	2
3	Семинарское занятие № 11. Подготовительные средства для самостраховке.	2
4	Семинарское занятие № 12. Определение и оценка физической работоспособности.	2
5	Семинарское занятие № 13. Пробы с физической нагрузкой.	2
6	Семинарское занятие № 14. Физическая работоспособность.	2
7	Семинарское занятие № 15. Определение PWC 170 с помощью степ-теста.	2
8	Семинарское занятие № 16. Тест вариационной пульсометрии.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 109 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-9 шт.; стул-24 шт., письменный стол-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (2 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол-6 шт.; стул-14 шт., письменный стол-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+ – Сублицензион-ный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распростра-няемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к инфор-мации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок ис-пользования – бессрочно.

Помещение для проведения практических занятий - Зал атлетизма (1 этаж, нежи-лое посещение №2) - Оборудование: Гриф штанги "олимпийский" Д=50мм дл.2200 мм нагрузка до 600 кг-6шт., скамья для жима горизонтальная-3шт., станок для трени-ровки мышц спины (гиперэкстензия)-2шт., стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)-1шт., стойка для дисков (6 мест)-1шт., диски разновесные-20 шт., тренажер "Блок вертикальный для спины"-1шт., тренажер "Блок горизонтальный для спины"-1шт., тренажер "Горизонтальный жим штанги"-1 шт., тренажер "Для бицепса"-2шт., трена-жер "Жим для плеч Хмер"-1шт., тренажер "Жим ногами"-2шт., тренажер "Кроссовер"-2шт., тренажер "Лавка горизонтальная"-3 шт., тренажер "Лавка для пресса"-3 шт., тренажер "Лавка изм.угла"-3шт., тренажер "Наклонный жим штанги"-2шт., тренажер "Разведение ног сидя"-2шт., тренажер "Рама Смитта"-1шт, тренажер "Станок д/мышц голени"-2шт., тренажер "Хамер для груди"-1шт.

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 (модуля)

Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(баскетбол)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » 06 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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	
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.
	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-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	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

	<p>реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>	<p>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: - 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: - 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 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 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: - 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>	<p>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.</p>
	<p>ОПК-3.2. Умеет: - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>	<p>Умеет: - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>
	<p>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.</p>	<p>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.</p>

ОПК-4	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <p>- 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>	<p>Знает:</p> <p>- 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>
	<p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <p>- 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>	<p>Умеет:</p> <p>- 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>
	<p>ОПК-4.3. Владеет:</p> <p>- 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>	<p>Владеет:</p> <p>- 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>
ОПК-13	<p>ОПК-13.1. Знает:</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>Знает:</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,</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,</p>

	воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.	воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводить педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта.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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	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

№ темы	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Теоретические основы физкультурно-оздоровительных технологий и организации дополнительного	Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся

	<p>о образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (баскетбол)</p>	<p>обеспечении здорового образа жизни. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий. Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика). Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур). Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической</p>	<p>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> <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>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 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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной
--	---	---	--

		<p>культуре для достижения оздоровительного эффекта. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений.</p> <p>Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.</p>	<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>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"> - 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"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственнотренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психологопедагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2	Содержание оздоровительных технологий и организации дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (баскетбол)	<p>Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p> <p>Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур).</p> <p>Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс).</p> <p>Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p> <p>Дыхательные гимнастики и ее виды (дыхательная гимнастика Стрельниковой, дыхательные упражнения по Бутейко). Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога).</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного</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>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 и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы,

		<p>эффекта. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта (простая ортостатическая проба, проба Штанге, проба Руфье, проба Генчи).</p>	<p>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>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"> - 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"> - 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"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и
--	--	---	---

			<p>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>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.
--	--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
1	Лекция № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.	2
2	Лекция № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий.	2
3	Лекция № 3. Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса.	2
4	Лекция № 4. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).	2
5	Лекция № 5. Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур). Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в	2

	ИВС.	
6	Лекция № 6. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.	2
7	Лекция № 7. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.	2
8	Лекция № 8. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. 2. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни. 3. Расчет и оценка суточных энергозатрат с учетом индекса активности и энергостойкости. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий. 2. Типовая схема последовательности ОРУ. 3. ОРУ на координацию, силу, на гибкость. 4. ОРУ на осанку. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 3. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Традиционные оздоровительные системы. 2. Современные оздоровительные методики. 3. Кроссфит как новое направление фитнеса. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 4. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание упражнений по кроссфит для ИВС. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 5. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика). 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 6. Аэробика, как современный вид оздоровительной</p>	2

	гимнастики. План: 1. Содержание упражнений по аэробике для ИВС.	
1	ЗАНЯТИЕ № 7. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры. План: 1. Скандинавская ходьба, терренкур. 2. Стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс. 3. Применение оздоровительных технологий в ИВС.	
2	ЗАНЯТИЕ № 8. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры План: 1. Содержание стретчинга для ИВС. 2. Содержание изотона, пилатеса, колланетики и бодифлекса для ИВС.	2
1	ЗАНЯТИЕ № 9. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта. План: 1. Дыхательные гимнастики и ее виды. 2. Йога и ее разновидности. 3. Игры с мячом, как средство оздоровительного эффекта. 4. Разновидности ИВС средство оздоровительного эффекта.	2
2	ЗАНЯТИЕ № 10. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта. План: 1. Содержание дыхательной гимнастики Стрельниковой для ИВС. 2. Содержание дыхательных упражнений по Бутейко для ИВС. 3. Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога) для ИВС. 4. Содержание видов ИВС для оздоровительного эффекта.	2
2	ЗАНЯТИЕ №11-12. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта План: 1. Простая ортостатическая проба. 2. Проба Штанге. 3. Проба Руфье, 4. Проба Генчи.	4
	ЗАНЯТИЕ №13. Средства физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях. План: 1. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. 2. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. 3. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. 4. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.	2

2	ЗАНЯТИЕ №14-16. Учебная практика студентов. Применение оздоровительных технологий на занятиях ИВС в образовательных учреждениях и в системе ДОД.	6
---	--	---

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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 с возможностью подключения к сети «Интернет» и

обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Спортивный зал с игровой площадкой, имеющей размеры и соответствующую разметку в полном соответствии с требованиями Официальных Правил и оснащённой специальным оборудованием в полном соответствии с действующими нормативами и стандартами.

Регистрационная и демонстрационная аппаратура.

Перечень оборудования и спортивного инвентаря, необходимого для проведения практических и тренировочных занятий (Приложение N 11 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта баскетбол)

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1.	Барьер легкоатлетический	штук	10
2.	Гантели массивные от 1 до 5 кг	комплект	3
3.	Корзина для мячей	штук	2
4.	Мяч баскетбольный	штук	30
5.	Мяч набивной (медицинбол) весом от 1 до 3 кг	штук	14
6.	Мяч теннисный	штук	14
7.	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	штук	3
8.	Баскетбольные фермы	штук	2
9.	Сетки для баскетбольного кольца	комплект	2
10.	Скакалка гимнастическая	штук	14
11.	Скамейка гимнастическая	штук	4
12.	Стойки	комплект	1
13.	Эспандер резиновый ленточный	штук	14
14.	Табло перекидное	штук	1
15.	Секундомер	штук	1
16.	Маты гимнастические	штук	4
17.	Мяч футбольный	штук	1
18.	Доска тактическая	штук	1

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 борьбы

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(борьба: вольная борьба, греко-римская борьба, дзюдо, самбо)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Б.И. Тараканов

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» августа 20 22 г., протокол № 01

Санкт-Петербург, 2022

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	
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
	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-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, основы педагогики и психологии для	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

	<p>реализации учебно-воспитательного процесса и 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>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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>учебно-воспитательного процесса и 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> <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 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 	<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>образования. 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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>ОПК-4.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и 	<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>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и

	<p>обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственнотренировочные средства из своего вида спорта, методиками психологопедагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>	<p>обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственнотренировочные средства из своего вида спорта, методиками психологопедагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>
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 	<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.	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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	6					6			
Самостоятельная работа студента	90					90			
Общая трудоемкость	часы					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.	Применение оздоровительных технологий в борьбе.	Научное обоснование оздоровительных технологий в борьбе. Профилактика травматизма в борьбе. Целенаправленное укрепление мышц, связок и других физиологических систем организма у юных борцов, необходимых для соревновательной борьбы.	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

			<p>физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы 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.
2.	<p>Гигиена и профилактика травматизма при занятиях спортивной борьбой.</p>	<p>Причины заболеваний и травмы при занятиях борьбой. Методика организации занятий спортивной борьбой. Материально-техническое обеспечение занятий борьбой. Средства и методы профилактики травматизма на занятиях борьбой. Страховка в спортивной борьбе. Связь тренера со спортивным врачом.</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 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.
3.	<p>Техника безопасного падения (самостраховка).</p>	<p>Особенности методики обучения падению без последствий. Подготовительные средства для обучения безопасному падению. Падение вперёд. Падение в сторону. Падение назад.</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>

			<p>- 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> <p>Владеет:</p> <p>- 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>
4.	Исследование и оценка функционального состояния организма в борьбе.	<p>Необходимые базовые знания по разделу врачебного контроля. Цели функциональной диагностики здоровых людей и спортсменов. Определение и оценка физической работоспособности.</p>	<p>Знает:</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>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.	Виды функциональных проб.	<p>Общие требования, предъявляемые к функциональным пробам. Пробы с</p>	<p>Знает:</p> <p>- содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе</p>

		<p>физической нагрузкой. Требования ВОЗ, предъявляемые к тестирующим нагрузкам. Велоэргометрия. Цели проведения нагрузочной велоэргометрической пробы в кардиологии. Противопоказания к проведению велоэргометрии и тредмил-теста. Критерии прекращения велоэргометрической пробы.</p>	<p>спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
6.	Исследование и оценка физической работоспособности в борьбе.	<p>Физическая работоспособность. Физическая работоспособность человека определяется его аэробной и анаэробной производительностью. Ресинтез АТФ. Вклад в энергообеспечение аэробных и анаэробных механизмов энергопродукции в зависимости от интенсивности и продолжительности нагрузки.</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>

			<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>
7.	<p>Способы определения МПК: прямой и непрямой.</p>	<p>Максимальное потребление кислорода. Субмаксимальный тест PWC₁₇₀. Проведение теста PWC₁₇₀ с помощью велоэргометра. Оценка относительных значений показателя PWC₁₇₀. Соотношение показателя PWC₁₇₀ и величины МПК. Определение PWC₁₇₀ с помощью степ-теста. Непрямой метод определения МПК. Прямой метод определения МПК.</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.
8.	<p>Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования</p>	<p>Определение направленности тренировочного процесса по показателю ПАНО. Оценка адаптационных резервов организма спортсменов. Тест вариационной пульсометрии. Комплексная оценка резервов здоровья спортсменов. Оценка функциональных</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>

		резервов ЦНС по тесту зрительно-моторной реакции.	<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>
--	--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Применение оздоровительных технологий в борьбе.	2
2	Лекция №2. Гигиена и профилактика травматизма при занятиях спортивной борьбой.	2
3	Лекция №3. Техника безопасного падения (самостраховка).	2
4	Лекция №4. Исследование и оценка функционального состояния организма в борьбе.	2
5	Лекция № 5. Виды функциональных проб.	2
6	Лекция № 6. Исследование и оценка физической работоспособности в борьбе.	2
7	Лекция № 7. Способы определения МПК: прямой и непрямой.	2
8	Лекция № 8. Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Применение оздоровительных технологий в борьбе». Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам) Примерные вопросы: - Научное обоснование оздоровительных технологий в борьбе; - Профилактика травматизма на занятиях по борьбе; - Целенаправленное укрепление мышц, связок и других физиологических систем организма у юных борцов.	2
2	Семинарское занятие №2. «Гигиена и профилактика травматизма при занятиях спортивной борьбой». Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам) Примерные вопросы: - Причины заболеваний и травмы при занятиях борьбой; - Методика организации занятий спортивной борьбой;	2

	<ul style="list-style-type: none"> - Материально-техническое обеспечение занятий борьбой; - Средства и методы профилактики травматизма на занятиях борьбой. - Страховка в спортивной борьбе; - Связь тренера со спортивным врачом. 	
3	<p>Семинарское занятие №3. «Техника безопасного падения (самостраховка)».</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Особенности методики обучения падению без последствий; - Подготовительные средства для обучения безопасному падению; - Падение вперед; - Падение в сторону; - Падение назад. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Исследование и оценка функционального состояния организма в борьбе».</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Необходимые базовые знания по разделу врачебного контроля; - Цели функциональной диагностики здоровых людей и спортсменов; - Определение и оценка физической работоспособности. 	2
5	<p>Семинарское занятие № 5. «Виды функциональных проб».</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Общие требования, предъявляемые к функциональным пробам; - Пробы с физической нагрузкой; - Требования ВОЗ, предъявляемые к тестирующим нагрузкам; - Велоэргометрия; - Цели проведения нагрузочной велоэргометрической пробы в кардиологии; - Противопоказания к проведению велоэргометрии и тредмил-теста; - Критерии прекращения велоэргометрической пробы. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Исследование и оценка физической работоспособности в борьбе».</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Физическая работоспособность; - Аэробная и анаэробная производительность; - Ресинтез АТФ; - Вклад в энергообеспечение аэробных и анаэробных механизмов энергопродукции в зависимости от интенсивности и продолжительности нагрузки. 	2
7	<p>Семинарское занятие № 7. «Способы определения МПК: прямой и непрямой».</p> <p>Опрос по материалу лекции №7 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Максимальное потребление кислорода; - Субмаксимальный тест PWC₁₇₀; - Проведение теста PWC₁₇₀ с помощью велоэргометра; - Оценка относительных значений показателя PWC₁₇₀; - Соотношение показателя PWC₁₇₀ и величины МПК; - Определение PWC₁₇₀ с помощью степ-теста; - Непрямой метод определения МПК; - Прямой метод определения МПК. 	2
8	<p>Семинарское занятие № 8. «Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования».</p> <p>Опрос по материалу лекции №8 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение направленности тренировочного процесса по показателю 	2

	ПАНО; - Оценка адаптационных резервов организма спортсменов; - Тест вариационной пульсометрии; - Комплексная оценка резервов здоровья спортсменов; - Оценка функциональных резервов ЦНС по тесту зрительно-моторной реакции.	
1	Семинарское занятие № 9. Средства укрепления мышц, связок и других физиологических систем организма у юных борцов.	2
2	Семинарское занятие № 10. Средства и методы профилактики травматизма на занятиях борьбой.	2
3	Семинарское занятие № 11. Подготовительные средства для обучения безопасному падению.	2
4	Семинарское занятие № 12. Определение и оценка физической работоспособности.	2
5	Семинарское занятие № 13. Пробы с физической нагрузкой.	2
6	Семинарское занятие № 14. Физическая работоспособность.	2
7	Семинарское занятие № 15. Определение PWC 170 с помощью степ-теста.	2
8	Семинарское занятие № 16. Тест вариационной пульсометрии.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978–5–85341–898–1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-

06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>

3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 293 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. — 130 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)

- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link](http://www.minsport.gov.ru/(link) is external)
- 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 велосипедного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(велосипедный спорт)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Кузнецов А.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» 08 2022 г., протокол № 1

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом изучается на 3 курсе в 5 семестре по очной и заочной 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	
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.
	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-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	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

	<p>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>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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>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> <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 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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-4	ОПК-4.1. Знает:	Знает:

	<p>- средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств;</p> <p>- 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>ОПК-4.2. Умеет:</p> <p>- 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> <p>ОПК-4.3. Владеет:</p> <p>- 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>	<p>- средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств;</p> <p>- 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>Умеет:</p> <p>- 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> <p>Владеет:</p> <p>- 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>
ОПК-13	<p>ОПК-13.1. Знает:</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</p>	<p>Знает:</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>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</p>

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.	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.
---	---

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 с преподавателями обучающимися	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	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	Содержание	Результаты обучения в виде «знать, уметь, владеть»
1	Общие основы теории и методики физкультурно-оздоровительной работы и физкультурно-оздоровительных технологий в велосипедном спорте	Определение понятий оздоровительной физической культуры и физкультурно-оздоровительных технологий. Цель и задачи оздоровительной физической культуры и методики	Знать: - 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>физкультурно-оздоровительных технологий в велосипедном спорте.</p> <p>Виды циклических видов физкультурно-оздоровительной деятельности и физкультурно-оздоровительных технологий.</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>Уметь:</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>Владеть:</p> <p>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>
2	<p>Особенности современных физкультурно-оздоровительных технологий в велосипедном спорте</p>	<p>Содержание и структура занятий по велотуризму, сайклингу, кондиционной тренировкой, занятия в группах.</p> <p>Организация и проведение занятий, использующих традиционные и нетрадиционные методики.</p> <p>Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий велосипедным спортом.</p> <p>Особенности применения.</p> <p>Техника безопасности на занятиях.</p>	<p>Знать:</p> <p>-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> <p>Уметь:</p> <p>- 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> <p>Владеть:</p> <p>- 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>
3	<p>Организация занятий велосипедным спортом в системе образования</p>	<p>Организация занятий велосипедным спортом в системе образования.</p> <p>Содержание и</p>	<p>Знать:</p> <p>- 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</p>

		<p>структура занятий велосипедным спортом с детьми раннего возраста, с детьми дошкольного и школьного возраста, в средних и высших учебных заведениях</p>	<p>подготовки и сфере образования.</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. - 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>Уметь:</p> <p>организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</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>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
4	Контроль на занятиях велосипедным спортом		<p>Знать:</p> <p>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> <p>Уметь:</p> <p>разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта, осуществлять</p>

		<p>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>Владеть: 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>
--	--	--

4.3. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. Цель, задачи, направленность ФОД в велосипедном спорте	2
1	Лекция №2. Характеристика средств и методов циклических видов ФОД	2
1	Лекция №3. Классификация физических упражнений в циклических видах ФОД	2
2	Лекция №4. Общая характеристика велотуризма	2
2	Лекция №5. Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий циклическими видами ФОД	2
2	Лекция №6. Особенности организации занятий по циклическим видам ФОД (велотуризм, сайклинг, кондиционная тренировка и др.)	2
3	Лекция №7. Организация занятий велосипедным спортом в системе образования	2
4	Лекция №8. Контроль на занятиях велосипедным спортом	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинар №1. Понятия “Здоровье”, “Здоровый образ жизни. Цель, задачи, основные направления физической рекреации. Формы физической рекреации.	2
1	Семинар №2. Характеристика средств циклических видов ФОД. Характеристика методов циклических видов ФОД.	2
1	Семинар №3-4. Классификация физических упражнений в циклических видах ФОД. Особенности применения упражнений.	4
2	Семинар №5. Классификация физических упражнений в циклических видах ФОД. Особенности применения упражнений.	2
2	Семинар №6. Отличительные особенности современных физкультурно-оздоровительных технологий. Велотуризм, его характеристика и виды. Сайклинг. Методика проведения занятий.	2
2	Семинар №7. Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий циклическими видами ФОД. Особенности применения.	2
2	Семинар №8. Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий циклическими видами ФОД. Особенности применения.	2
2	Семинар №9. Техника безопасности на занятиях циклическими видами ФОД.	2
2	Семинар №10. Особенности организации занятий по различным направлениям велотуризма. Современные физкультурно-оздоровительные технологии с использованием специальных средств.	2
3	Семинар №11. Содержание и структура занятий велосипедным спортом с детьми	2

	раннего возраста. Формы проведения. Программы занятий.	
3	Семинар №12. Содержание и структура занятий велосипедным спортом в дошкольных учреждениях. Формы проведения. Программы занятий.	2
3	Семинар №13. Содержание и структура занятий велосипедным спортом в школе. Формы проведения. Программы занятий.	2
3	Семинар №14. Содержание и структура занятий велосипедным спортом в средних и высших учебных заведениях. Формы проведения. Программы занятий.	2
3	Семинар №15. Контроль на занятиях велосипедным спортом.	2
3	Семинар №16. Обзор рекреационно-оздоровительных сайклинг программ фитнес-клубов Санкт-Петербурга. Достоинства и недостатки современных фитнес-программ. Возможности повышения качества оздоровительных услуг, предлагаемых фитнес-клубами.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-898-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Аудитория для проведения лекционных и семинарских занятий, зал, оборудованный велосипедными тренажерами (Велотрек). Специализированная аудитория с наличием современных мультимедийных средств. Компьютерный класс (методический кабинет) с выходом в интернет.

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.

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 (модуля)

Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(волейбол)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«28» 06 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» 08 2022 г., протокол № 11

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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	
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.
	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-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,	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

	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.	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 и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и 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.
	ОПК-1.3. Владеет: - 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.	Владеет: - 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.
ОПК-3	ОПК-3.1. 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.	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.
	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.

	<p>ОПК-3.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>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>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-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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	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

№ темы	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Теоретические основы физкультурно-оздоровительных технологий и организации дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (волейбол)	<p>Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.</p> <p>Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры.</p> <p>Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий.</p> <p>Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса.</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

		<p>Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p> <p>Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур).</p> <p>Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс).</p> <p>Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p> <p>Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.</p> <p>Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС.</p> <p>Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений.</p>	<p>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:</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.
--	--	--	--

		Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.	
2	Содержание оздоровительных технологий и организации дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (волейбол)	<p>Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p> <p>Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур).</p> <p>Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс).</p> <p>Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p> <p>Дыхательные гимнастики и ее виды (дыхательная гимнастика Стрельниковой, дыхательные упражнения по Бутейко). Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога).</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения</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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <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

		<p>оздоровительного эффекта (простая ортостатическая проба, проба Штанге, проба Руфье, проба Генчи).</p>	<p>культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. 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.
--	--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
1	Лекция № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.	2
2	Лекция № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий.	2
3	Лекция № 3. Оздоровительные технологии. Традиционные	2

	оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса.	
4	Лекция № 4. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).	2
5	Лекция № 5. Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур). Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС.	2
6	Лекция № 6. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.	2
7	Лекция № 7. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.	2
8	Лекция № 8. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. 2. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни. 3. Расчет и оценка суточных энергозатрат с учетом индекса активности и энергостойкости. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий. 2. Типовая схема последовательности ОРУ. 3. ОРУ на координацию, силу, на гибкость. 4. ОРУ на осанку. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 3. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Традиционные оздоровительные системы. 2. Современные оздоровительные методики. 	2

	3. Кроссфит как новое направление фитнеса.	
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 4. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <p>1. Содержание упражнений по кроссфит для ИВС.</p>	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 5. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <p>1. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, футбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p>	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 6. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <p>1. Содержание упражнений по аэробике для ИВС.</p>	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 7. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <p>1. Скандинавская ходьба, терренкур.</p> <p>2. Стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс.</p> <p>3. Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p>	
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 8. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры</p> <p>План:</p> <p>1. Содержание стретчинга для ИВС.</p> <p>2. Содержание изотона, пилатеса, колланетики и бодифлекса для ИВС.</p>	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 9. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <p>1. Дыхательные гимнастики и ее виды.</p> <p>2. Йога и ее разновидности.</p> <p>3. Игры с мячом, как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>4. Разновидности ИВС средство оздоровительного эффекта.</p>	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 10. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <p>1. Содержание дыхательной гимнастики Стрельниковой для ИВС.</p> <p>2. Содержание дыхательных упражнений по Бутейко для ИВС.</p> <p>3. Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога) для ИВС.</p> <p>4. Содержание видов ИВС для оздоровительного эффекта.</p>	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ №11-12. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта</p> <p>План:</p> <p>1. Простая ортостатическая проба.</p> <p>2. Проба Штанге.</p> <p>3. Проба Руфье,</p> <p>4. Проба Генчи.</p>	4

	<p>ЗАНЯТИЕ №13. Средства физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. 2. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. 3. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. 4. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ №14-16. Учебная практика студентов. Применение оздоровительных технологий на занятиях ИВС в образовательных учреждениях и в системе ДОД.</p>	6

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; ISBN 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). —

- ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 293 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
 8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. — 130 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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
- 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://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link is external))
- 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 с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Спортивный зал с игровой площадкой, имеющей размеры и соответствующую разметку в полном соответствии с требованиями Официальных Правил и оснащённой специальным оборудованием в полном соответствии с действующими нормативами и стандартами.

Регистрационная и демонстрационная аппаратура.

Перечень оборудования и спортивного инвентаря, необходимого для проведения практических и тренировочных занятий (Приложение N 11 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта волейбол)

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1.	Барьер легкоатлетический	штук	10
2.	Гантели массивные от 1 до 5 кг	комплект	3
3.	Корзина для мячей	штук	2
4.	Мяч волейбольный	штук	30
5.	Мяч набивной (медицинбол) весом от 1 до 3 кг	штук	14
6.	Мяч теннисный	штук	14
7.	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	штук	3
8.	Протектор для волейбольных стоек	штук	2
9.	Сетка волейбольная с антеннами	комплект	2
10.	Скакалка гимнастическая	штук	14
11.	Скамейка гимнастическая	штук	4
12.	Стойки	комплект	1
13.	Эспандер резиновый ленточный	штук	14
14.	Табло перекидное	штук	1
15.	Секундомер	штук	1

16.	Маты гимнастические	штук	4
17.	Мяч футбольный	штук	1
18.	Доска тактическая	штук	1

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 (модуля)

Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(гандбол)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » 06 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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	
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.
	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-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	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

	<p>реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>	<p>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>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 спортивной подготовки, 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 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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>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>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-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, 	<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.	воспитания личностных качеств у 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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	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

№ темы	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Теоретические основы физкультурно-оздоровительных технологий и организации дополнительного	Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические

	<p>о образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (гандбол)</p>	<p>обеспечении здорового образа жизни. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий. Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика). Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур). Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической</p>	<p>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:</p> <p>- навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в</p>
--	---	---	--

		<p>культуре для достижения оздоровительного эффекта. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений.</p> <p>Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.</p>	<p>рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
2	<p>Содержание оздоровительных технологий и организации дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (гандбол)</p>	<p>Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика,</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,

		<p>танцевальная аэробика, аквааэробика, футбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p> <p>Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур).</p> <p>Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс).</p> <p>Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p> <p>Дыхательные гимнастики и ее виды (дыхательная гимнастика Стрельниковой, дыхательные упражнения по Бутейко). Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога).</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта (простая ортостатическая проба, проба Штанге, проба Руфье, проба Генчи).</p>	<p>занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга. 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.
--	--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
1	Лекция № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.	2
2	Лекция № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий.	2
3	Лекция № 3. Оздоровительные технологии. Традиционные	2

	оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса.	
4	Лекция № 4. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).	2
5	Лекция № 5. Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур). Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС.	2
6	Лекция № 6. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.	2
7	Лекция № 7. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.	2
8	Лекция № 8. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. 2. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни. 3. Расчет и оценка суточных энергозатрат с учетом индекса активности и энергостойкости. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий. 2. Типовая схема последовательности ОРУ. 3. ОРУ на координацию, силу, на гибкость. 4. ОРУ на осанку. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 3. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Традиционные оздоровительные системы. 2. Современные оздоровительные методики. 	2

	3. Кроссфит как новое направление фитнеса.	
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 4. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <p>1. Содержание упражнений по кроссфит для ИВС.</p>	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 5. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <p>1. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, футбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p>	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 6. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <p>1. Содержание упражнений по аэробике для ИВС.</p>	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 7. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <p>1. Скандинавская ходьба, терренкур.</p> <p>2. Стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс.</p> <p>3. Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p>	
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 8. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры</p> <p>План:</p> <p>1. Содержание стретчинга для ИВС.</p> <p>2. Содержание изотона, пилатеса, колланетики и бодифлекса для ИВС.</p>	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 9. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <p>1. Дыхательные гимнастики и ее виды.</p> <p>2. Йога и ее разновидности.</p> <p>3. Игры с мячом, как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>4. Разновидности ИВС средство оздоровительного эффекта.</p>	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 10. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <p>1. Содержание дыхательной гимнастики Стрельниковой для ИВС.</p> <p>2. Содержание дыхательных упражнений по Бутейко для ИВС.</p> <p>3. Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога) для ИВС.</p> <p>4. Содержание видов ИВС для оздоровительного эффекта.</p>	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ №11-12. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта</p> <p>План:</p> <p>1. Простая ортостатическая проба.</p> <p>2. Проба Штанге.</p> <p>3. Проба Руфье,</p> <p>4. Проба Генчи.</p>	4

	<p>ЗАНЯТИЕ №13. Средства физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. 2. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. 3. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. 4. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ №14-16. Учебная практика студентов. Применение оздоровительных технологий на занятиях ИВС в образовательных учреждениях и в системе ДОД.</p>	6

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978–5–85341–898–1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). —

- ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 293 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
 8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. — 130 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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
- 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://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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 с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Спортивный зал с игровой площадкой, имеющей размеры и соответствующую разметку в полном соответствии с требованиями Официальных Правил и оснащённой специальным оборудованием в полном соответствии с действующими нормативами и стандартами.

Регистрационная и демонстрационная аппаратура.

Перечень оборудования и спортивного инвентаря, необходимого для проведения практических и тренировочных занятий (Приложение N 11 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта гандбол)

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1.	Барьер легкоатлетический	штук	10
2.	Гантели массивные от 1 до 5 кг	комплект	3
3.	Корзина для мячей	штук	2
4.	Мяч гандбольный	штук	30
5.	Мяч набивной (медицинбол) весом от 1 до 3 кг	штук	14
6.	Мяч теннисный	штук	14
7.	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	штук	3
8.	Протектор для гандбольных стоек	штук	2
9.	Сетка гандбольная с антеннами	комплект	2
10.	Скакалка гимнастическая	штук	14
11.	Скамейка гимнастическая	штук	4
12.	Стойки	комплект	1
13.	Эспандер резиновый ленточный	штук	14
14.	Табло перекидное	штук	1

15.	Секундомер	штук	1
16.	Маты гимнастические	штук	4
17.	Мяч футбольный	штук	1
18.	Доска тактическая	штук	1

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 керлинга

Рабочая программа дисциплины (модуля)


**Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(керлинг)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 30 » 06 2022 г., протокол № 19

Зав. кафедрой  Шулико Ю.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

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: 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 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
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-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	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомио-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания,

	<p>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:</p> <p>- 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>	<p>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:</p> <p>- 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</p>
--	--	--

		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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>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

	<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>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>сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</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.
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, 	<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

	<p>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. 	<p>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.
--	---	---

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 (дифференцированный зачет)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Физиологическая характеристика спортивной игры и её влияние на организм занимающихся.	Влияние занятий керлингом на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	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,

			<p>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:</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.
2.	Обеспечение техники безопасности на керлингом спортом с оздоровительной	Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий керлингом с оздоровительной и образовательной	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств;

	<p>и образовательной направленностью.</p>	<p>направленностью Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Инвентарь и снаряжение. Выбор и подготовка инвентаря к занятиям.</p>	<p>- 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>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.
3.	Физкультурно-	Керлинг как средство	Знает:

	<p>оздоровительные технологии с использованием средств игры в керлинг.</p>	<p>оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий керлингом на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности.. 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>	<p>- 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. 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</p>
--	--	---	--

			сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
4.	Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	<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

			<p>тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля.</p>
5.	<p>Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</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

			<p>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.
6.	<p>Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.</p>	<p>Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.</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

			<p>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> <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.
7.	<p>Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.</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

			<p>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> <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.
8.	Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.	Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.	<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

			<p>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.
--	--	--	--

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. Физиологическая характеристика керлинга и его влияние на организм занимающихся.</p> <p>Влияние занятий керлингом на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.</p>	2
2.	<p>Лекция № 2. Обеспечение техники безопасности на занятиях керлингом с оздоровительной направленностью.</p> <p>Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении</p>	2

	занятий с оздоровительной и образовательной направленностью Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Инвентарь и снаряжение. Выбор и подготовка инвентаря к занятиям.	
3.	Лекция № 3. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств керлинга. Керлинг как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий керлингом 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
4.	Лекция № 4. Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	2
5.	Лекция № 5. Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
6.	Лекция № 6. Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Физиологические и психические особенности людей пожилого возраста. Организация и методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.	2
7.	Лекция № 7. Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Лекция № 8. Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Практическое занятие – 1 (аудитория) Физиологическая характеристика керлинга и его влияние на	2

	организм занимающихся. Влияние занятий керлингом на сердечно-сосудистую и дыхательную системы.	
1.	Практическое занятие – 2 Физиологическая характеристика керлинга и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий керлингом на психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	2
2.	Практическое занятие – 3 Обеспечение техники безопасности на занятиях керлингом с оздоровительной направленностью. Обеспечение техники безопасности на занятиях керлингом с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований.	2
3.	Практическое занятие – 4 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств керлинга в зимний период. Керлинг как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий керлингом на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности.	2
3.	Практическое занятие – 5 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств керлинга в летне-осенний период. 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
4.	Практическое занятие – 6 Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста.	2
4.	Практическое занятие – 7 Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста.	2
4.	Практическое занятие – 8 Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста.	2
5.	Практическое занятие – 9 Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2

	Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста.	
5.	Практическое занятие – 10 Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Организация и методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
6.	Практическое занятие – 11 Организация занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.	2
7.	Практическое занятие – 12 (аудитория) Планирование тренировочной нагрузки на занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования тренировочной нагрузки на занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
7.	Практическое занятие – 13 Учёт тренировочной нагрузки на занятиях керлингом с оздоровительной направленностью. Виды учёта тренировочной нагрузки на занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 14 Педагогический, контроль в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Педагогический контроль в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического контроля в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 15 Психологический контроль в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Психологический контроль в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы психологического контроля в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 16 Медико-биологический контроль в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Медико-биологический контроль в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы медико-биологического контроля в процессе занятиях керлингом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978–5–85341–898–1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-

- Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
 8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Для проведения занятий по дисциплине необходимы:

-тренажерный зал, оборудованный соответствующими тренажерами и дополнительным оборудованием.

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, видеоматрица, телевизор, DVD-проигрыватель, видеокассеты (VHS) и компакт-диски с видеозаписями соревнований, и другого учебного материала.

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 бокса им. ЗТ СССР А.Н. Кудрина

Рабочая программа дисциплины (модуля)


**Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(кикбоксинг)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 30 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Павленко А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

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	
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
	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-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	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

	<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>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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>процесса и 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> <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 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>ОПК-3.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>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 	<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>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе включающие соответствующие

	<p>соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>	<p>собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>
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. 	<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.

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 (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Применение оздоровительных технологий в кикбоксинге.	<p>Научное обоснование оздоровительных технологий кикбоксинге. Профилактика травматизма в кикбоксинге.</p> <p>Целенаправленное укрепление мышц, связок и других физиологических систем организма у юных кикбоксеров, необходимых для соревновательной деятельности.</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"> - 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.
2.	<p>Гигиена и профилактика травматизма при занятиях кикбоксинга.</p>	<p>Причины заболеваний и травмы при занятиях кикбоксинга. Методика организации занятий кикбоксинга. Материально-техническое обеспечение занятий кикбоксинга. Средства и методы профилактики травматизма на занятиях кикбоксинга. Страховка в кикбоксинге. Связь тренера со спортивным врачом.</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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
3.	<p>Техника защиты (самоохранка).</p>	<p>Особенности методики обучения защиты руками и ногами без последствий. Подготовительные средства для обучения безопасному защите.</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 собственнотренировочные средства из своего вида спорта, способы психологопедагогического 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 собственнотренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психологопедагогическое сопровождение в сфере

			<p>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.
4.	<p>Исследование и оценка функционального состояния организма в кикбоксинге.</p>	<p>Необходимые базовые знания по разделу врачебного контроля. Цели функциональной диагностики здоровых людей и спортсменов. Определение и оценка физической работоспособности.</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.
5.	<p>Виды функциональных проб.</p>	<p>Общие требования, предъявляемые к функциональным пробам. Пробы с физической нагрузкой. Требования ВОЗ,</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;

		<p>предъявляемые к тестирующим нагрузкам. Велозргометрия. Цели проведения нагрузочной велозргометрической пробы в кардиологии. Противопоказания к проведению велозргометрии и тредмил-теста. Критерии прекращения велозргометрической пробы.</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>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.
б.	Исследование и оценка физической работоспособности в кикбоксинге.	<p>Физическая работоспособность. Физическая работоспособность человека определяется его аэробной и анаэробной производительностью. Ресинтез АТФ. Вклад в энергообеспечение аэробных и анаэробных механизмов энергопродукции в зависимости от интенсивности и продолжительности нагрузки.</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

			<p>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.
7.	Способы определения МПК: прямой и непрямой.	<p>Максимальное потребление кислорода.</p> <p>Субмаксимальный тест PWC 170.</p> <p>Проведение теста PWC 170 с помощью велоэргометра.</p> <p>Оценка относительных значений показателя PWC 170.</p> <p>Соотношение показателя PWC 170 и величины МПК.</p> <p>Определение PWC 170 с помощью степ-теста.</p> <p>Непрямой метод определения МПК.</p> <p>Прямой метод определения МПК.</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.
8.	Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по	<p>Определение направленности тренировочного процесса по показателю ПАНО.</p> <p>Оценка</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;

	результатам тестирования	адаптационных резервов организма спортсменов. Тест вариационной пульсометрии. Комплексная оценка резервов здоровья спортсменов. Оценка функциональных резервов ЦНС по тесту зрительно-моторной реакции.	<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>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.
--	--------------------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Применение оздоровительных технологий в кикбоксинге.	2
2	Лекция №2. Гигиена и профилактика травматизма при занятиях кикбоксингом.	2
3	Лекция №3. Техника безопасной защиты руками, ногами, корпусом(самостраховка).	2
4	Лекция №4. Исследование и оценка функционального состояния организма в кикбоксинге.	2
5	Лекция № 5. Виды функциональных проб.	2
6	Лекция № 6. Исследование и оценка физической работоспособности в кикбоксинге.	2
7	Лекция № 7. Способы определения МПК: прямой и непрямой.	2
8	Лекция № 8. Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Применение оздоровительных технологий в кикбоксинге».	2

	<p>Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Научное обоснование оздоровительных технологий в кикбоксинге; - Профилактика травматизма на занятиях по кикбоксингу; - Целенаправленное укрепление мышц, связок и других физиологических систем организма у юных кикбоксеров. 	
2	<p>Семинарское занятие №2. «Гигиена и профилактика травматизма при занятиях кикбоксингом».</p> <p>Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Причины заболеваний и травмы при занятиях; - Методика организации занятий спортивной; - Материально-техническое обеспечение занятий; - Средства и методы профилактики травматизма на занятиях. - Страховка в спортивной; - Связь тренера со спортивным врачом. 	2
3	<p>Семинарское занятие №3. «Техника безопасного падения (самостраховка)».</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Особенности методики обучения падению без последствий; - Подготовительные средства для обучения безопасному падению; - Падение вперед; - Падение в сторону; - Падение назад. 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Исследование и оценка функционального состояния организма в кикбоксинге».</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Необходимые базовые знания по разделу врачебного контроля; - Цели функциональной диагностики здоровых людей и спортсменов; - Определение и оценка физической работоспособности. 	2
5	<p>Семинарское занятие № 5. «Виды функциональных проб».</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Общие требования, предъявляемые к функциональным пробам; - Пробы с физической нагрузкой; - Требования ВОЗ, предъявляемые к тестирующим нагрузкам; - Велоэргометрия; - Цели проведения нагрузочной велоэргометрической пробы в кардиологии; - Противопоказания к проведению велоэргометрии и тредмил-теста; - Критерии прекращения велоэргометрической пробы. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Исследование и оценка физической работоспособности в кикбоксинге».</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Физическая работоспособность; - Аэробная и анаэробная производительность; - Ресинтез АТФ; - Вклад в энергообеспечение аэробных и анаэробных механизмов энергопродукции в зависимости от интенсивности и продолжительности нагрузки. 	2
7	<p>Семинарское занятие № 7. «Способы определения МПК: прямой и непрямой».</p> <p>Опрос по материалу лекции №7 (по контр. вопросам)</p>	2

	<p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Максимальное потребление кислорода; - Субмаксимальный тест PWC 170; - Проведение теста PWC 170 с помощью велоэргометра; - Оценка относительных значений показателя PWC 170; - Соотношение показателя PWC 170 и величины МПК; - Определение PWC 170 с помощью степ-теста; - Непрямой метод определения МПК; - Прямой метод определения МПК. 	
8	<p>Семинарское занятие № 8. «Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования». Опрос по материалу лекции №8 (по контр. вопросам) Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение направленности тренировочного процесса по показателю ПАНУ; - Оценка адаптационных резервов организма спортсменов; - Тест вариационной пульсометрии; - Комплексная оценка резервов здоровья спортсменов; - Оценка функциональных резервов ЦНС по тесту зрительно-моторной реакции. 	2
1	Семинарское занятие № 9. Средства укрепления мышц, связок и других физиологических систем организма у юных кикбоксеров.	2
2	Семинарское занятие № 10. Средства и методы профилактики травматизма на занятиях.	2
3	Семинарское занятие № 11. Подготовительные средства для обучения безопасной защите руками, ногами и корпусом.	2
4	Семинарское занятие № 12. Определение и оценка физической работоспособности.	2
5	Семинарское занятие № 13. Пробы с физической нагрузкой.	2
6	Семинарское занятие № 14. Физическая работоспособность.	2
7	Семинарское занятие № 15. Определение PWC 170 с помощью степ-теста.	2
8	Семинарское занятие № 16. Тест вариационной пульсометрии.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 109 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- 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 легкой атлетики

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(легкая атлетика)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«30» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Д.С. Зайко

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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	
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
	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-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;	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

	<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> <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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>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:</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.
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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками организации деятельности спортсменов и обучающихся, методикой проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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

	образования, в том числе с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-4	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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>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>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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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>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.
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 	<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>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>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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	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

№ темы	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Организация и проведения занятий легкой атлетикой в оздоровительных целях с различными возрастными группами	Структура, задачи и содержание оздоровительного занятия по легкой атлетике. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Оценка успеваемости. Планирование оздоровительного 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.	<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>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 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"> - 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>

			<p>- организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Умеет:</p> <p>- 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> <p>Владеет:</p> <p>- 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> <p>Владеет:</p> <p>- 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.</p> <p>Владеет:</p> <p>- 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>
2	Контроль и самоконтроль при занятиях легкой атлетикой в оздоровительных целях	Ведение специального дневника (учет самостоятельных занятий физкультурой и спортом, регистрация антропометрических показателей, изменения, функциональные пробы и	<p>Знает:</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,</p>

		<p>контрольные испытания физической подготовленности, и контроль выполнения недельного двигательного режима). Показатели самоконтроля: субъективные и объективные (самочувствие, сон, аппетит, умственная и физическая работоспособность, положительные и отрицательные эмоции, пульс, артериальное давление и вес).</p>	<p>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.
3	Использование легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности.	<p>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>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 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"> - определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом

			<p>в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</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"> - 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>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.
--	--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
1,3	<p>Оздоровительная направленность легкоатлетических упражнений</p> <p>Во время ходьбы и бега в работу вовлекаются практически все мышцы, усиливается деятельность сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем и органов, повышается обмен веществ. Легкоатлетические упражнения оказывают весьма разностороннее воздействие на организм детей и подростков. Они развивают силу, быстроту, выносливость, улучшают подвижность в суставах, позволяют приобрести широкий диапазон двигательных умений и навыков, способствуют воспитанию волевых качеств. Велика роль легкоатлетических упражнений в укреплении здоровья, в поддержании высокого уровня жизнедеятельности органов и систем организма. Легкая атлетика приобретает важное оздоровительное, профилактическое и лечебное значение.</p>	2
1,2	<p>Особенности организации занятий легкоатлетическим упражнениями с различными возрастными группами</p>	10

	Структура, задачи и содержание оздоровительного занятия по легкой атлетике. Подбор и дозировка упражнений. Подготовка педагога. Оценка успеваемости. Планирование оздоровительного 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. Учет возрастных особенностей при планировании занятий по легкой атлетике	
2	Контроль и самоконтроль при занятиях легкой атлетикой в оздоровительных целях Ведение специального дневника (учет самостоятельных занятий физкультурой и спортом, регистрация антропометрических показателей, изменения, функциональные пробы и контрольные испытания физической подготовленности, и контроль выполнения недельного двигательного режима). Показатели самоконтроля: субъективные и объективные (самочувствие, сон, аппетит, умственная и физическая работоспособность, положительные и отрицательные эмоции, пульс, артериальное давление и вес).	2
2,3	Организация занятий оздоровительными бегом и ходьбой с различными возрастными группами Оздоровительный бег и ходьба. Укрепления кардио-респираторной системы и опорно-двигательного аппарата. Техника и методика оздоровительного бега и ходьбы. Разновидности оздоровительного бега (общей и специальной направленности) и ходьбы (нордическая ходьба).	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1,2,3	Методика обучения видам легкой атлетики и развитие физических способностей средствами легкой атлетики в дошкольных образовательных учреждениях. Структура, задачи и содержание занятий по легкой атлетике. Подбор и дозировка упражнений. Планирование занятий по легкой атлетике. Проведение занятий по легкой атлетике. Методика обучения видам легкой атлетики. Развитие физических способностей средствами легкой атлетики. Применение легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности. Оздоровительный бег и ходьба. Укрепления кардио-респираторной системы и опорно-двигательного аппарата. Контроль и самоконтроль при занятиях	10
1,2,3	Методика обучения видам легкой атлетики и развитие физических способностей средствами легкой атлетики в среднем и старшем школьном возрасте Структура, задачи и содержание занятий по легкой атлетике. Подбор и дозировка упражнений. Планирование занятий по легкой атлетике. Проведение занятий по легкой атлетике. Методика обучения видам легкой атлетики. Развитие физических способностей средствами легкой атлетики. Применение легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности. Оздоровительный бег и ходьба. Укрепления кардио-респираторной системы и опорно-двигательного аппарата. Контроль и самоконтроль при занятиях	10
1,2,3	Методика обучения видам легкой атлетики и развитие физических способностей средствами легкой атлетики у взрослых и лиц пожилого возраста Структура, задачи и содержание занятий по легкой атлетике. Подбор и дозировка упражнений. Планирование занятий по легкой атлетике. Проведение занятий по легкой атлетике. Методика обучения видам легкой атлетики. Развитие физических способностей средствами легкой атлетики. Применение легкоатлетических упражнений в рекреационной деятельности. Оздоровительный бег и ходьба. Укрепления кардио-респираторной системы и опорно-двигательного аппарата. Контроль и самоконтроль при занятиях	12

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и

- здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
 8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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> (link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link](http://window.edu.ru/(link) (link is external)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link](http://www.minsport.gov.ru/(link) (link is external)
- 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.

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, барьер легкоатлетический универсальный, палочка эстафетная, ядро массой 4,0 кг, ядро массой 7,26 кг.

Дополнительное и вспомогательное оборудование, спортивный инвентарь: грабли, мат гимнастический, мячи для метания (теннисный), рулетка 10 м, гимнастические скамейки, гимнастические стенки, препятствие для бега с препятствиями 3,96 м, место приземления для прыжков с шестом, планка для прыжков с шестом, стойки для прыжков с шестом, ящик для упора шеста, диск массой 1,0 кг, диск массой 1,5 кг, диск массой 2,0 кг, копьё массой 600 г, копьё массой 800 г, молот массой 3 кг, молот массой 5 кг.

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 (модуля)

Оздоровительные технологии и организация дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (лыжный спорт: горнолыжный спорт, лыжные гонки, лыжное двоеборье, прыжки на лыжах с трамплина, сноуборд, фристайл)

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, Направленность (профиль) ОП Тренерско-преподавательская деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Сергеев Г.А.

Рекомендована решением Учебно-методического совета

«31» 08 2022г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: *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 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
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-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	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию

	<p>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:</p> <p>- 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>	<p>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>Владеть:</p> <p>- 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>
--	---	---

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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>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>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>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.
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

	<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 занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>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 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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Физиологическая характеристика лыжного спорта и его влияние на организм занимающихся.	Влияние занятий лыжным спортом на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	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,

			<p>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>Владеть:</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.
2.	Обеспечение техники безопасности на занятиях лыжным спортом с оздоровительной и	Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью Выбор и	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие

	<p>образовательной направленностью.</p>	<p>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>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>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.
3.			

	<p>Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств лыжного спорта.</p>	<p>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>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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>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.
4.	Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	<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-

			<p>воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</p> <p>Владеть:</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.
5.	<p>Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</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

			<p>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> <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 занимающихся физической культурой и спортом..
б.	<p>Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.</p>	<p>Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.</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

			<p>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 занимающихся физической культурой и спортом.
7.	<p>Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.</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

			<p>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 занимающихся физической культурой и спортом.
8.	Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в	Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы,

	<p>процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>образовательной направленностью.</p>	<p>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>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.
--	--	---	---

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция № 1. Физиологическая характеристика лыжного спорта и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий лыжным спортом на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	2
2.	Лекция № 2. Обеспечение техники безопасности на занятиях лыжным спортом с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий с оздоровительной и образовательной направленностью 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.	2
3.	Лекция № 3. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств лыжного спорта. 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
4.	Лекция № 4. Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	2
5.	Лекция № 5. Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
6.	Лекция № 6. Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с. Физиологические и психические особенности людей пожилого возраста. Организация и методика проведения занятий лыжным	2

	спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.	
7.	Лекция № 7. Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Лекция № 8. Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Практическое занятие – 1 (аудитория) Физиологическая характеристика лыжного спорта и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий лыжным спортом на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, .	2
1.	Практическое занятие – 2 Физиологическая характеристика лыжного спорта и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий лыжным спортом на психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	2
2.	Практическое занятие – 3 Обеспечение техники безопасности на занятиях лыжным спортом с оздоровительной направленностью. Обеспечение техники безопасности на занятиях лыжным спортом с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по лыжной подготовке.	2
3.	Практическое занятие – 4 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств лыжного спорта в зимний период. Лыжный спорт как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий лыжным спортом на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности.	2
3.	Практическое занятие – 5 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств лыжного спорта в летне-осенний период 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
4.		2

	<p>Практическое занятие – 6 Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста.</p>	
4.	<p>Практическое занятие – 7 Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста.</p>	2
4.	<p>Практическое занятие – 8 Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста.</p>	2
5.	<p>Практическое занятие – 9 Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста.</p>	2
5.	<p>Практическое занятие – 10 Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Организация и методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	2
6.	<p>Практическое занятие – 11 Организация занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.</p>	2
7.	<p>Практическое занятие – 12 (аудитория) Планирование тренировочной нагрузки на занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования тренировочной нагрузки на занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	2
7.	<p>Практическое занятие – 13 Учёт тренировочной нагрузки на занятиях лыжным спортом с оздоровительной направленностью. Виды учёта тренировочной нагрузки на занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	2
8.	<p>Практическое занятие – 14 Педагогический, контроль в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	2

	Педагогический контроль в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического контроля в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.	
8.	Практическое занятие – 15 Психологический контроль в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью. Психологический контроль в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы психологического контроля в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 16 Медико-биологический контроль в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью. Медико-биологический контроль в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы медико-биологического контроля в процессе занятиях лыжным спортом с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-898-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет

- физической культуры и спорта, 2019. – 109 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
 3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
 8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для дисциплин: Оздоровительные технологии и организация дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта, ТиМ ИВС, ТСТ в ИВС, ПСС, ТиМ ОБВС материально-техническое обеспечение соотнести с оборудованием и спортивным инвентарем, представленных в Приложение 11 федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта (см. www.minsport.gov.ru).

Для проведения занятий по дисциплине «Оздоровительные технологии и организация дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (лыжный спорт)» необходимы:

- комплекты лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки, крепления) – не 20-50 штук разного размера
- лыжные трассы для проведения учебных занятий 1.5 км; 2.0 км; 2.5 км; 3.3 км; 5 км
- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, монитор, МФУ;

На спортивных объектах, задействованных в учебном процессе, необходимо:

1. Биатлонно-лыжный стадион с полуоткрытым тиром
2. Лыжероллерная и лыжная трасса, беговая трасса на территории
3. Снежный круглогодичный тоннель с тиром 50 метров с 10 установками для стрельбы из биатлонных винтовок калибра 5,6
4. Здание (помещения), оборудованное раздевалками, душевыми, туалетом, камерой хранения, аудиториями для проведения теоретических и практических занятий
5. Спортивный городок с прыжковой ямой и специальными тренажёрами по ИВС
6. Универсальный спортивный зал
7. Зал для гимнастики и акробатики
8. Методический кабинет МГН
9. Помещение для хранения спортивного инвентаря
10. Тренажерный зал МГН
11. Конференц-зал
12. Аудитория

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 (модуля)

Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(настольный теннис)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » 06 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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	
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.
	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-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	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

	<p>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>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>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 спортивной подготовки, 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 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:</p>	<p>Владеет:</p>

	- 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.	- 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-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 вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение 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.
	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-13	ОПК-13.1. Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в	Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-

	<p>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>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 формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.</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>

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 (дифференцированный зачет)		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

№ темы	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Теоретические основы физкультурно-оздоровительных технологий и организации дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (волейбол)	Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий. Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных	Знает: - основные 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

		<p>услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса.</p> <p>Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p> <p>Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур).</p> <p>Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс).</p> <p>Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p> <p>Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.</p> <p>Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС.</p> <p>Технологические подходы в образовательной деятельности в системе</p>	<p>воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</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>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>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>высших профессиональных образовательных учреждений.</p> <p>Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.</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>- организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Умеет:</p> <p>- подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственнотренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психологопедагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</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>
2	Содержание оздоровительных технологий и организации	Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики.	<p>Знает:</p> <p>- основные положения теории и методики физической культуры, теории спорта,</p>

	<p>дополнительно о образовании детей и взрослых средствами избранного вида спорта (волейбол)</p>	<p>Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика). Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур). Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС. Дыхательные гимнастики и ее виды (дыхательная гимнастика Стрельниковой, дыхательные упражнения по Бутейко). Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога). Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта (простая ортостатическая проба, проба Штанге, проба Руфье, проба Генчи).</p>	<p>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> <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>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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>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">- 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">- 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">- 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>Умеет:</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.
--	--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
1	Лекция № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.	2
2	Лекция № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий.	2
3	Лекция № 3. Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса.	2
4	Лекция № 4. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).	2
5	Лекция № 5. Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур). Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС.	2
6	Лекция № 6. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.	2
7	Лекция № 7. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.	2
8	Лекция № 8. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном	2

	образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.	
--	---	--

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. 2. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни. 3. Расчет и оценка суточных энергозатрат с учетом индекса активности и энергостойкости. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий. 2. Типовая схема последовательности ОРУ. 3. ОРУ на координацию, силу, на гибкость. 4. ОРУ на осанку. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 3. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Традиционные оздоровительные системы. 2. Современные оздоровительные методики. 3. Кроссфит как новое направление фитнеса. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 4. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание упражнений по кроссфит для ИВС. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 5. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика). 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 6. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание упражнений по аэробике для ИВС. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 7. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Скандинавская ходьба, терренкур. 2. Стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс. 3. Применение оздоровительных технологий в ИВС. 	2

2	<p>ЗАНЯТИЕ № 8. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание стретчинга для ИВС. 2. Содержание изотона, пилатеса, колланетики и бодифлекса для ИВС. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 9. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дыхательные гимнастики и ее виды. 2. Йога и ее разновидности. 3. Игры с мячом, как средство оздоровительного эффекта. 4. Разновидности ИВС средство оздоровительного эффекта. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 10. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание дыхательной гимнастики Стрельниковой для ИВС. 2. Содержание дыхательных упражнений по Бутейко для ИВС. 3. Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога) для ИВС. 4. Содержание видов ИВС для оздоровительного эффекта. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ №11-12. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Простая ортостатическая проба. 2. Проба Штанге. 3. Проба Руфье, 4. Проба Генчи. 	4
	<p>ЗАНЯТИЕ №13. Средства физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. 2. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. 3. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. 4. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ №14-16. Учебная практика студентов. Применение оздоровительных технологий на занятиях ИВС в образовательных учреждениях и в системе ДОД.</p>	6

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; ISBN 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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
- 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://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link is external))
- 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 с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Спортивный зал с игровой площадкой, имеющей размеры и соответствующую разметку в полном соответствии с требованиями Официальных Правил и оснащённой специальным оборудованием в полном соответствии с действующими нормативами и стандартами.

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 неолимпийских видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

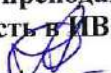
**Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(неолимпийские виды спорта: бильярдный спорт, дартс, шашки,
шахматы)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Никитин А.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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	
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.
	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-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;	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>- 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:</p> <p>- 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>	<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:</p> <p>- 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>
ОПК-3	<p>ОПК-3.1. Знает:</p> <p>- средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>	<p>Знает:</p> <p>- средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>

	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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 собственнотренировочные 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 собственнотренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
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- 	<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.	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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	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

№ тем	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Теоретические основы физкультурно-оздоровительных технологий и организации дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (НВС)	Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий.	Знает: - основные 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>Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса.</p> <p>Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p> <p>Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур).</p> <p>Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс).</p> <p>Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p> <p>Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.</p> <p>Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению</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>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 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>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
--	--	--	---

		<p>школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших проф. образовательных учреждений.</p> <p>Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.</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"> - 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"> - 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"> - 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>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.
2	Содержание оздоровительных технологий и организации дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (НВС)	<p>Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p> <p>Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур).</p> <p>Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс).</p> <p>Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p> <p>Дыхательные гимнастики и ее виды (дыхательная гимнастика Стрельниковой, дыхательные упражнения по Бутейко). Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога).</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта (простая ортостатическая</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные 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"> - 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 и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся,

		<p>проба, проба Штанге, проба Руфье, проба Генчи).</p>	<p>соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</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"> - 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"> - 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"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственно-тренировочные средства из
--	--	--	--

			<p>своего вида спорта, а также обеспечивать психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</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.
--	--	--	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
1	Лекция № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.	2
2	Лекция № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий.	2
3	Лекция № 3. Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса.	2
4	Лекция № 4. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).	2
5	Лекция № 5. Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур). Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС.	2
6	Лекция № 6. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.	2

7	Лекция № 7. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.	2
8	Лекция № 8. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. 2. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни. 3. Расчет и оценка суточных энергозатрат с учетом индекса активности и энергостойкости. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий. 2. Типовая схема последовательности ОРУ. 3. ОРУ на координацию, силу, на гибкость. 4. ОРУ на осанку. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 3. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Традиционные оздоровительные системы. 2. Современные оздоровительные методики. 3. Кроссфит как новое направление фитнеса. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 4. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание упражнений по кроссфит для ИВС. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 5. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика). 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 6. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание упражнений по аэробике для ИВС. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 7. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры.</p>	2

	<p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Скандинавская ходьба, терренкур. 2. Стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс. 3. Применение оздоровительных технологий в ИВС. 	
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 8. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание стретчинга для ИВС. 2. Содержание изотона, пилатеса, колланетики и бодифлекса для ИВС. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 9. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дыхательные гимнастики и ее виды. 2. Йога и ее разновидности. 3. Игры с мячом, как средство оздоровительного эффекта. 4. Разновидности ИВС средство оздоровительного эффекта. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 10. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание дыхательной гимнастики Стрельниковой для ИВС. 2. Содержание дыхательных упражнений по Бутейко для ИВС. 3. Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога) для ИВС. 4. Содержание видов ИВС для оздоровительного эффекта. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ №11-12. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Простая ортостатическая проба. 2. Проба Штанге. 3. Проба Руфье, 4. Проба Генчи. 	4
	<p>ЗАНЯТИЕ №13. Средства физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. 2. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. 3. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. 4. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ №14-16. Учебная практика студентов. Применение оздоровительных технологий на занятиях ИВС в образовательных учреждениях и в системе ДОД.</p>	6

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; ISBN 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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
- 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://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link is external))
- 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 с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Спортивный зал с игровой площадкой, имеющей размеры и соответствующую разметку в полном соответствии с требованиями Официальных Правил и оснащённой специальным оборудованием в полном соответствии с действующими нормативами и стандартами.

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 водно-моторного и парусного видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)


**Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(парусный спорт)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 30 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Лукманов Ю.Х.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » 08 2022 г., протокол № 01

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	
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
	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-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	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

	<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>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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и 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> <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 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

	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>спортивной подготовки и сфере образования.</p> <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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>ОПК-4.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения 	<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>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и

	<p>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>	<p>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>
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 	<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-

	спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	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.
--	---	--

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 (зачет)	6					6			
Самостоятельная работа студента	90					90			
Общая трудоемкость	часы	144				144			
	зачетные единицы	4				4			

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

3.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Основы организации и построения занятий для начинающих в парусных видах спорта	Структура занятия (подготовительная, основная и заключительная части). Содержание занятий для начинающих. Планирование занятий в микро-мезо и макроциклах. Учёт и контроль нагрузки	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

			<p>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>Владет:</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.
2	Организация и построение физкультурно-массовых мероприятий	<p>Виды и характеристика физкультурно-массовых мероприятий в парусном спорте. Инвентарь и оборудования для проведения физкультурно-массовых мероприятий. Порядок проведения физкультурно-массовых мероприятий для различных категорий населения. Основные документы, регламентирующие проведение физкультурно-массовых мероприятий.</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>Владет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
3	Организация и проведение соревнований для различных категорий граждан	Характеристика соревнований. Инвентарь и оборудования для проведения соревнований. Порядок проведения соревнований для различных категорий населения. Основные документы, регламентирующие проведение соревнований	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
4	Правила проведения соревнований по парусному спорту	Правила соревнований проведения по парусному спорту Виды соревнований по парусному спорту. Характеристика положения о соревновании. Состав судейской коллегии. Обязанности и права членов судейской коллегии. Порядок проведения соревнований. Права и обязанности участников соревнований. Методика судейства соревнований	<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. 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.
--	--	--	--

3.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
5 СЕМЕСТР		16
1	Содержание занятий парусного спорта для начинающих, методы, средства.	2
2	Структура построения занятия (подготовительная, основная, заключительная части)	2
3	Планирование нагрузки тренировочного занятия(микро, мезо, макро циклы)	2
4	Учет и контроль нагрузки на занятиях парусным спортом	2
5	Виды и характеристика физкультурно-массовых мероприятий в парусном спорте	2
6	Виды и характеристика соревнований по парусному спорту	2
7	Правила проведения соревнований по парусному спорту	2
8	Порядок проведения соревнований по парусному спорту	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
5 СЕМЕСТР		32
1	№1 Практическое. Разработка подготовительной части тренировочного занятия по парусному спорту	2
1	№2 Практическое. Разработка основной части тренировочного занятия по парусному спорту	2
1	№3 Практическое. Разработка заключительной части тренировочного занятия по парусному спорту	2
1	№4 Практическое. Планирование тренировочных занятий в парусном спорте в микро, мезо и макроциклах. Учет и контроль нагрузки.	2
2	№5 Практическое. Разработка сценария фестиваля по парусному спорту	2
2	№6 Практическое. Разработка и проведение спортивного праздника по парусному спорту	2

3	№ 7 Практическое. Разработка документации для проведения соревнований по парусному спорту в виде маршрутной гонки	2
3	№ 8-9 Практическое. Проведение соревнований в виде маршрутной гонки	4
3	№ 10 Практическое. Разработка документации для проведения соревнований по парусному спорту в виде гонок флота	2
3	№11-12 Практическое. Проведение соревнований в виде гонки флота	4
3	№ 13 Практическое. Разработка документации для проведения соревнований по парусному спорту в виде командных гонок	2
3	№14-15 Практическое. Проведение соревнований по командным гонкам	4
4	№16 Практическое. Составление отчетной документации о соревнованиях	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; ISBN 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине «Методики и технологии спортивной ориентации, спортивного отбора и сопровождения спортивно одаренных детей (парусный спорт)» необходимы:

- спортивная база (элинг для хранения швертботов, моторного катера, ремонтная мастерская, причальные понтоны), зал с тренажерами (для физической подготовки);

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, видеомаягнитофон, телевизор, DVD-проигрыватель, видеокассеты (VHS) и компакт-диски с видеозаписями соревнований, и другого учебного материала, цифровая видеокамера.

1. Помещение для хранения спортивного инвентаря
2. Тренажерный зал
3. Конференц-зал
4. Аудитория

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 плавания

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(плавание)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 29 » августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  А.А. Литвинов

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

« 31 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина «Оздоровительные технологии и организация дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта» изучается на 3 курсе по очной и заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: очная форма обучения – *зачет с оценкой -5 семестр*; заочная форма обучения – *зачет с оценкой - 6 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 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.
	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-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	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

	<p>психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и 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>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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и 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> <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 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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.	приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
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>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>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>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-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, 	<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,

<p>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 формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.</p>	<p>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>
---	---

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 (дифференцированный зачет)	6					6			
Самостоятельная работа студента	90					90			
Общая трудоемкость	часы	144				144			
	зачетные единицы	4				4			

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

2.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде «знать, уметь, владеть»
1.	Общие основы теории и методики физкультурно-оздоровительной работы и физкультурно-оздоровительных технологий в плавании	<p>Определение понятий оздоровительной физической культуры и физкультурно-оздоровительных технологий.</p> <p>Цель и задачи оздоровительной</p>	<p>Знает:</p> <p>- 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</p>

		<p>физической культуры и методики физкультурно-оздоровительных технологий в плавании. Виды водных видов физкультурно-оздоровительной деятельности и физкультурно-оздоровительных технологий.</p>	<p>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> <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 рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования
2.	<p>Особенности современных физкультурно-оздоровительных технологий в плавании</p>	<p>Содержание и структура занятий гидроаэробикой, гидрошейпингом, гидропрофилактикой, кондиционной тренировкой, занятия в группах семейного плавания. Организация и проведение занятий, использующих традиционные и нетрадиционные методики. Оборудование инвентаря и специальные приспособления для занятий водными видами ФОД. Особенности применения Техника безопасности на занятиях.</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 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.
3.	<p>Организация занятий</p>	<p>Организация занятий плаванием в</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в

	<p>плаванием в системе образования</p>	<p>системе образования. Содержание и структура занятий плаванием с детьми раннего возраста, с детьми дошкольного и школьного возраста, в средних и высших учебных заведениях</p>	<p>том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>- 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> <p>- 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> <p>Умеет:</p> <p>- организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>- 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> <p>Владеет:</p> <p>- 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.</p>
	<p>Контроль на занятиях плаванием</p>		<p>Знает:</p> <p>- 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>

			<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.
--	--	--	--

2.3. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция 1. Цель, задачи, направленность ФОД в плавании	2
1	Лекция 2. Характеристика средств и методов водных видов ФОД	2
1	Лекция 3. Классификация физических упражнений в водных видах ФОД	2
2	Лекция 4. Общая характеристика аквафитнеса	2
2	Лекция 5. Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий водными видами ФОД	2
2	Лекция 6. Особенности организации занятий по водным видам ФОД (акваэробика, аквашейпинг, раннее плавание, семейное плавание, кондиционная тренировка и др.)	2
3	Лекция 7. Организация занятий плаванием в системе образования	2
4	Лекция 8. Контроль на занятиях оздоровительным плаванием	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинар 1. <u>Вопросы для обсуждения:</u> 1. Понятия “Здоровье”, «Здоровый образ жизни» 2. Цель, задачи, основные направления физической рекреации. Формы физической рекреации.	2
1	Семинар 2. <u>Вопросы для обсуждения:</u> 1. Характеристика средств водных видов ФОД 2. Характеристика методов водных видов ФОД	2
1	Семинар 3-4. <u>Вопросы для обсуждения:</u> 1. Классификация физических упражнений в водных видах ФОД 2. Особенности применения упражнений	4
2	Семинар 5.	2

	<p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>1. Классификация физических упражнений в водных видах ФОД</p> <p>2. Особенности применения упражнений</p>	
2	<p>Семинар 6.</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>1. Отличительные особенности современных физкультурно-оздоровительных технологий.</p> <p>2. Аквафитнесс, его характеристика и виды.</p> <p>5. Акваэробика, аквашейпинг. Методика проведения занятий.</p>	2
2	<p>Семинар 7.</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>1. Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий водными видами ФОД</p> <p>2. Особенности применения</p>	2
2	<p>Семинар 8. *</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>3. Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий водными видами ФОД</p> <p>1. Особенности применения</p>	2
2	<p>Семинар 9.</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>Техника безопасности на занятиях водными видами ФОД</p>	2
2	<p>Семинар 10.</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>1. Особенности организации занятий по различным направлениям аквафитнесса.</p> <p>2. Современные физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств плавания (оздоровительное плавание, гидроаэробика, гидрошейпинг, семейное плавание и др.).</p>	2
3	<p>Семинар 11.</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>1. Содержание и структура занятий плаванием с детьми раннего возраста</p> <p>2. Формы проведения.</p> <p>3. Программы занятий.</p>	2
3	<p>Семинар 12.</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>1. Содержание и структура занятий плаванием в дошкольных учреждениях</p> <p>2. Формы проведения.</p> <p>3. Программы занятий.</p>	2
3	<p>Семинар 13.*</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>1. Содержание и структура занятий плаванием в школе</p> <p>2. Формы проведения.</p> <p>3. Программы занятий.</p>	2
3	<p>Семинар 14.*</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>1. Содержание и структура занятий плаванием в средних и высших учебных заведениях</p> <p>2. Формы проведения.</p> <p>3. Программы занятий.</p>	2
3	<p>Семинар 15.*</p> <p><u>Вопросы для обсуждения:</u></p> <p>Контроль на занятиях оздоровительным плаванием</p>	2
3	<p>Семинар 16.*</p>	2

Вопросы для обсуждения:

1. Обзор рекреационно-оздоровительных программ фитнес - клубов Санкт-Петербурга.
2. Достоинства и недостатки современных фитнес-программ
3. Возможности повышения качества оздоровительных услуг, предлагаемых фитнес-клубами.

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Бассейн длиной 25 или 50 м, глубиной в мелкой части не менее 1,2 м и в глубокой не менее 1,8 м со стартовыми тумбочками, инвентарь для обучению плаванию (плавательные доски, палки, поплавок для ног, ласты, лопатки, спасательный круг, конец Александрова, шары Суслова, шест для тренера, спасательный багор, манекен для прикладного плавания с изменяемой плавучестью, тренажер для обучения навыкам сердечно-легочной реанимации), видеозаписывающая аппаратура. Специализированная аудитория, оснащённая мультимедийными средствами и выходом в Интернет. Изучение дисциплины осуществляется с применением мультимедийных средств обучения и Интернет-ресурсов, а также методов активного обучения.

- учебная аудитория кафедры ТИМ плавания с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, в том числе, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, телевизор, DVD кассеты и компакт-диски с видеозаписями соревнований и другого учебного материала, цифровая видеокамера, фотоаппарат.
программное обеспечение: Power Point, Statgraphics, AutoCad, movie edit pro 2002, Video Capture Card;

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 керлинга

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(скалолазание)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 30 » 06 2022 г., протокол № 19

Зав. кафедрой  Шулико Ю.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » 08 20 22 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

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

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения в 5 семестре. Вид промежуточной аттестации: 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 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
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-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	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию

	<p>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:</p> <p>- 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>	<p>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:</p> <p>- 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</p>
--	---	--

		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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>	<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

	<p>- 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> <p>ОПК-4.3. Владеет:</p> <p>- 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>	<p>сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Умеет:</p> <p>- 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> <p>Владеет:</p> <p>- 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>
ОПК-13	<p>ОПК-13.1. Знает:</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</p>	<p>Знает:</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,</p>

	<p>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 занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>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 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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6					6			
Самостоятельная работа студента	90					90			
<i>Выполнение курсовой работы</i>									
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.	Физиологическая характеристика спортивной игры и её влияние на организм занимающихся.	Влияние занятий скалолазанием на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	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

			<p>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:</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.
2.	Обеспечение техники безопасности на скалолазанием с	Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий скалолазанием с	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых,

	<p>оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>оздоровительной и образовательной направленностью Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Инвентарь и снаряжение. Выбор и подготовка инвентаря к занятиям.</p>	<p>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.</p>
<p>3.</p>	<p>Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств игры в керлинг.</p>	<p>Керлинг как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий скалолазанием на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности.. 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>	<p>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</p>

			<p>сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</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.
4.	<p>Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.</p>	<p>Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.</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

			<p>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 занимающихся физической культурой и спортом.
5.	Организация занятий	Физиологические и психические особенности	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы

	<p>скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>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</p>
--	--	---	---

			контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта, навыками контроля занимающихся физической культурой и спортом.
б.	Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.	Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.	<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

			<p>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 занимающихся физической культурой и спортом.</p>
7.	<p>Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>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,</p>

			<p>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 занимающихся физической культурой и спортом.
8.	Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.	Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.	<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

			<p>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> <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 занимающихся физической культурой и спортом.
--	--	--	---

**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. Физиологическая характеристика скалолазания и его влияние на организм занимающихся.</p> <p>Влияние занятий скалолазанием на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.</p>	2
2.	<p>Лекция № 2. Обеспечение техники безопасности на занятиях скалолазанием с оздоровительной направленностью.</p> <p>Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий с оздоровительной и образовательной направленностью</p> <p>Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся.</p>	2

	Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Инвентарь и снаряжение. Выбор и подготовка инвентаря к занятиям.	
3.	Лекция № 3. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств скалолазания. Керлинг как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий скалолазанием 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
4.	Лекция № 4. Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	2
5.	Лекция № 5. Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
6.	Лекция № 6. Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Физиологические и психические особенности людей пожилого возраста. Организация и методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.	2
7.	Лекция № 7. Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Лекция № 8. Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Практическое занятие – 1 (аудитория) Физиологическая характеристика скалолазания и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий скалолазанием на сердечно-сосудистую и	2

	дыхательную системы.	
1.	Практическое занятие – 2 Физиологическая характеристика скалолазания и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий скалолазанием на психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	2
2.	Практическое занятие – 3 Обеспечение техники безопасности на занятиях скалолазанием с оздоровительной направленностью. Обеспечение техники безопасности на занятиях скалолазанием с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований.	2
3.	Практическое занятие – 4 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств скалолазания в зимний период. Керлинг как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий скалолазанием на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности.	2
3.	Практическое занятие – 5 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств скалолазания в летне-осенний период. 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
4.	Практическое занятие – 6 Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста.	2
4.	Практическое занятие – 7 Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста.	2
4.	Практическое занятие – 8 Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста.	2
5.	Практическое занятие – 9 Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста.	2

5.	<p>Практическое занятие – 10 Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Организация и методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	2
6.	<p>Практическое занятие – 11 Организация занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.</p>	2
7.	<p>Практическое занятие – 12 (аудитория) Планирование тренировочной нагрузки на занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования тренировочной нагрузки на занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	2
7.	<p>Практическое занятие – 13 Учёт тренировочной нагрузки на занятиях скалолазанием с оздоровительной направленностью. Виды учёта тренировочной нагрузки на занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	2
8.	<p>Практическое занятие – 14 Педагогический контроль в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Педагогический контроль в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического контроля в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	2
8.	<p>Практическое занятие – 15 Психологический контроль в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Психологический контроль в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы психологического контроля в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	2
8.	<p>Практическое занятие – 16 Медико-биологический контроль в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Медико-биологический контроль в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы медико-биологического контроля в процессе занятиях скалолазанием с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978–5–85341–898–1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-

- Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
 8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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:

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, видеоматрица, телевизор, DVD-проигрыватель.

- программное обеспечение: Power Point, Statgraphics, AutoCad, movie edit pro 2002, Video Capture Card;

- инструментарий: динамометр, спирометр, прибор-пульсметр;

- диагностическая аппаратура: для оценки функционального состояния спортсмена аппаратный комплекс «Омега-С»
- для оценки реакции ССС занимающихся на физическую нагрузку диагностический прибор «Polar».

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 гимнастики

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(спортивная аэробика)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 29 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Терехина Р.Н.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

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

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

	<p>учебно-воспитательного процесса и 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>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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и 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> <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 рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
ОПК-3	ОПК-3.1. Знает:	Знает:

	<p>- 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> <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <p>- организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>ОПК-3.3. Владеет:</p> <p>- 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.</p>	<p>- 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> <p>Умеет:</p> <p>- организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Владеет:</p> <p>- 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.</p>
ОПК-4	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <p>- 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> <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <p>- подбирать средства и методы развития физических качеств,</p>	<p>Знает:</p> <p>- 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</p>

	<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>спортивной подготовки и сфере образования.</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.
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 	<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

	<p>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 занимающихся физической культурой и спортом. 	<p>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 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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Характеристика оздоровительных технологий в ИВС (спортивная аэробика)	Технологии в системе дополнительного образования детей и взрослых. Нагрузки, допускаемые на занятиях и оздоровительный эффект.	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

			<p>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:</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.
2.	Оздоровительные технологии в дополнительном образовании детей	Виды оздоровительных технологий в работе с детьми. Основные положения, особенности и методика составления программ в оздоровительной работе с детьми.	<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 - 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

			<p>методы педагогического мониторинга</p> <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 - 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 - 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"> - 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 - навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий
--	--	--	--

			<p>физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования - 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.	<p>Оздоровительные технологии в дополнительном образовании взрослых</p>	<p>Виды оздоровительных технологий в работе со взрослыми. Основные положения, особенности и методика составления программ в оздоровительной работе со взрослыми.</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 - 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 - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции

			<p>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"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования - 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 - 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 - 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
--	--	--	--

			<p>оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- 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- 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- 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- 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

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция № 1. Тенденции развития оздоровительных технологий в работе с детьми и взрослыми. Виды оздоровительных технологий в ИВС (спортивная аэробика).	2
2.	Лекция № 2. Средства аэробики оздоровительной направленности. Характеристика направлений аэробики.	2
3.	Лекция № 3. Базовые шаги аэробики и методы их конструирования	2
4.	Лекция № 4. Залы и оборудование для оздоровительных занятий аэробикой	2
5.	Лекция № 5. Дозирование физической нагрузки в оздоровительных занятиях детей и взрослых	2
6.	Лекция № 6. Структура и методика проведения занятий оздоровительной аэробикой с детьми	2
7.	Лекция № 7. Структура и методика проведения занятий оздоровительной аэробикой со взрослыми	2
8.	Лекция № 8. Предупреждение травматизма в оздоровительных занятиях с детьми и взрослыми	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Практическое занятие – 1 Классификационные признаки и многообразие видов аэробики	2
1.	Практическое занятие – 2 Фитнес-программы для детей и молодежи.	2
1.	Практическое занятие – 3 Фитнес-программы для лиц среднего, старшего и пожилого возраста	2
2.	Практическое занятие – 4 Базовая аэробика, степ-аэробика, танцевальные направления, хип-хоп, брейкинг, классический танец	2
2.	Практическое занятие – 5 Латина-аэробика, восточные направления, силовые классы, зумба, функциональные тренировки. Вида аэробики с использованием оборудования	2
2.	Практическое занятие – 6 Фитнес-йога, велнес-тренировки, программы «Разум и тело», тай-чи, Пилатес, антигравити, аэробика с элементами единоборств	2
3.	Практическое занятие – 7 Базовые шаги и их модификация	2
3.	Практическое занятие – 8 Методы конструирования базовых и модифицированных шагов аэробики. Составление программ по аэробике	2
5.	Практическое занятие – 9	2

	Принципы оздоровительной тренировки. Зоны интенсивности нагрузки по ЧСС.	
6.	Практическое занятие – 10-11 Структура занятий оздоровительной аэробикой с детьми	4
6.	Практическое занятие – 12 Структура и методика проведения занятий оздоровительной аэробикой с молодежью	2
7.	Практическое занятие – 13 Структура и методика проведения занятий оздоровительной аэробикой с лицами среднего возраста	2
7.	Практическое занятие – 14 Структура и методика проведения занятий оздоровительной аэробикой с лицами старшего возраста	2
7.	Практическое занятие – 15 Структура и методика проведения занятий оздоровительной аэробикой с лицами пожилого возраста	2
8.	Практическое занятие – 16 Причины травматизма. Меры профилактики травматизма на занятиях с детьми и взрослыми	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>

2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 293 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. — 130 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория кафедры ТиМ гимнастики для проведения учебных занятий оснащена мультимедийным оборудованием:

- спортзал с мягким покрытием пола;
- спортивные коврики;
- оборудование для проведения занятий (утяжелители, медицинболлы, шанги, Гантели, фитболы; тренажеры и другое оборудование для проведения занятий.
- учебные пособия из приведенного списка рекомендованной литературы;
- конспекты лекций и семинарских занятий по темам для студентов очного и заочного отделения;
- телевизоры.
- видеоманитофоны,
- компьютер, мультимедийный комплекс.
- компьютерные программы видеофильмов.

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 (модуля)

Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(теннис)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 28 » 06 2022 г., протокол № 11

Зав. кафедрой  Лосин Б.Е.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: *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 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.
	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-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	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.	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 и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и 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.
	ОПК-1.3. Владеет: - 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.	Владеет: - 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.
ОПК-3	ОПК-3.1. 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.	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.
	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-4	ОПК-4.1. Знает: - средства и методы, сенситивные	Знает: - средства и методы, сенситивные

	<p>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>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>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>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-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 	<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.	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		48					48			
В том числе:										
Занятия лекционного типа		16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)		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

№ темы	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Теоретические основы физкультурно-оздоровительных технологий и организации дополнительного образования	Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового	Знает: - основные положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста,

	<p>детей и взрослых средствами избранного вида спорта (теннис)</p>	<p>образа жизни.</p> <p>Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры.</p> <p>Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий.</p> <p>Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит, как новое направление фитнеса.</p> <p>Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p> <p>Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур).</p> <p>Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p> <p>Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.</p>	<p>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>Знает:</p> <p>- 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> <p>Знает:</p> <p>- средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственнотренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Знает:</p> <p>- содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде</p>
--	--	---	---

		<p>Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.</p>	<p>спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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"> - 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"> - 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"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся, в том числе соответствующие собственнотренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психологопедагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования. <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.
2	Содержание оздоровительных технологий и организации дополнительного образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта (теннис)	<p>Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).</p> <p>Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур).</p> <p>Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС.</p> <p>Дыхательные гимнастики и ее виды (дыхательная гимнастика Стрельниковой, дыхательные упражнения по Бутейко). Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога).</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные 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"> - 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 и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы,

		<p>Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта (простая ортостатическая проба, проба Штанге, проба Руфье, проба Генчи).</p>	<p>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>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"> - 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"> - 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"> - подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных
--	--	--	---

			<p>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>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.
--	--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
1	Лекция № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.	2
2	Лекция № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий.	2
3	Лекция № 3. Оздоровительные технологии. Традиционные оздоровительные системы. Современные оздоровительные методики. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг. Кроссфит как новое направление фитнеса.	2
4	Лекция № 4. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика).	2
5	Лекция № 5. Оздоровительные методики бега и ходьбы (скандинавская ходьба, терренкур). Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры (стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес,	2

	калланетика, бодифлекс). Применение оздоровительных технологий в ИВС.	
6	Лекция № 6. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности. Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.	2
7	Лекция № 7. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта.	2
8	Лекция № 8. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 1. Двигательная активность человека как основной компонент здорового образа жизни. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Роль двигательной активности в жизнедеятельности человека. 2. Системный подход в обеспечении здорового образа жизни. 3. Расчет и оценка суточных энерготрат с учетом индекса активности и энергостойкости. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 2. Физические упражнения как основные средства оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Общеразвивающие упражнения как основа оздоровительных занятий. 2. Типовая схема последовательности ОРУ. 3. ОРУ на координацию, силу, на гибкость. 4. ОРУ на осанку. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 3. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Традиционные оздоровительные системы. 2. Современные оздоровительные методики. 3. Кроссфит как новое направление фитнеса. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 4. Оздоровительные технологии. Фитнес в современной индустрии оздоровительных услуг.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание упражнений по кроссфит для ИВС. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 5. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Направления современной аэробики (велоаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика, аквааэробика, фитбол, аэробика с использованием ботинок-тренажеров «Эксолоперс», памп-аэробика). 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 6. Аэробика, как современный вид оздоровительной гимнастики.</p>	2

	<p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание упражнений по аэробике для ИВС. 	
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 7. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Скандинавская ходьба, терренкур. 2. Стретчинг, шейпинг, изотон, пилатес, калланетика, бодифлекс. 3. Применение оздоровительных технологий в ИВС. 	
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 8. Оздоровительные методики бега и ходьбы. Научно-обоснованные системы оздоровительной физической культуры</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание стретчинга для ИВС. 2. Содержание изотона, пилатеса, колланетики и бодифлекса для ИВС. 	2
1	<p>ЗАНЯТИЕ № 9. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дыхательные гимнастики и ее виды. 2. Йога и ее разновидности. 3. Игры с мячом, как средство оздоровительного эффекта. 4. Разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ № 10. Дыхательные гимнастики и ее виды, йога и ее разновидности.</p> <p>Игры с мячом, разновидности ИВС как средство оздоровительного эффекта.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание дыхательной гимнастики Стрельниковой для ИВС. 2. Содержание дыхательных упражнений по Бутейко для ИВС. 3. Йога и ее разновидности (хатка-йога, аштанга йога, силовая йога) для ИВС. 4. Содержание видов ИВС для оздоровительного эффекта. 	2
2	<p>ЗАНЯТИЕ №11-12. Контроль и самоконтроль на занятиях по физической культуре для достижения оздоровительного эффекта</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Простая ортостатическая проба. 2. Проба Штанге. 3. Проба Руфье, 4. Проба Генчи. 	4
	<p>ЗАНЯТИЕ №13. Средства физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях.</p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Средства физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении. 2. Подходы к построению школьного физического воспитания в контексте индивидуализации и на основе элементов ИВС. 3. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе высших профессиональных образовательных учреждений. 4. Технологические подходы в образовательной деятельности в системе ДОД средствами ИВС. 	2

2	ЗАНЯТИЕ №14-16. Учебная практика студентов. Применение оздоровительных технологий на занятиях ИВС в образовательных учреждениях и в системе ДОД.	6
---	--	---

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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 с возможностью подключения к сети «Интернет» и

обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Спортивный зал с игровой площадкой, имеющей размеры и соответствующую разметку в полном соответствии с требованиями Официальных Правил и оснащённой специальным оборудованием в полном соответствии с действующими нормативами и стандартами.

Регистрационная и демонстрационная аппаратура.

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 велосипедного спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(триатлон)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Кузнецов А.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
«31» 08 2022 г., протокол № 1

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
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.
	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-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; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его

	<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:</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>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:</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.
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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-4	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие

	<p>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>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>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>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>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.
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>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>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.</p>	<p>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 с преподавателями обучающимися	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	6					6			
Самостоятельная работа студента	90					90			
Общая трудоемкость	часы	144				144			
	зачетные единицы	4				4			

2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

2.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде «знать, уметь, владеть»
1	Общие основы теории и методики физкультурно-оздоровительной работы и физкультурно-оздоровительных технологий в триатлоне	<p>Определение понятий оздоровительной физической культуры и физкультурно-оздоровительных технологий.</p> <p>Цель и задачи оздоровительной физической культуры и методики физкультурно-оздоровительных технологий в триатлоне.</p> <p>Виды водных видов физкультурно-</p>	<p>Знать:</p> <p>- 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</p>

		<p>оздоровительной деятельности и физкультурно-оздоровительных технологий.</p>	<p>образования, Уметь: - 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. Владеть: - 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>
2	<p>Особенности современных физкультурно-оздоровительных технологий в триатлоне</p>	<p>Содержание и структура занятий гидроаэробикой, гидрошейпингом, сайклингом, кондиционной тренировкой, занятия в группах, профилактическим бегом. Организация и проведение занятий, использующих традиционные и нетрадиционные методики. Оборудование инвентаря и специальные приспособления для занятий триатлоном. Особенности применения. Техника безопасности на занятиях.</p>	<p>Знать: - 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. Уметь: - 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. Владеть: - 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>
3	<p>Организация занятий триатлоном в системе образования</p>	<p>Организация занятий триатлоном в системе образования. Содержание и структура занятий триатлоном с детьми раннего возраста, с детьми дошкольного и школьного возраста, в средних и высших учебных</p>	<p>Знать: - 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. - средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся, соответствующие собственно-тренировочные</p>

		заведениях	<p>средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>- 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> <p>Уметь:</p> <p>- организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>- 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> <p>Владеть:</p> <p>- 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.</p>
4	Контроль на занятиях триатлоном		<p>Знать:</p> <p>- 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> <p>Уметь:</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</p>

			спорта. Владеть: - 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.
--	--	--	--

2.3. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция №1. Цель, задачи, направленность ФОД в триатлоне	2
1	Лекция №2. Характеристика средств и методов циклических видов ФОД	2
1	Лекция №3. Классификация физических упражнений в циклических видах ФОД	2
2	Лекция №4. Общая характеристика велотуризма	2
2	Лекция №5. Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий циклическими видами ФОД	2
2	Лекция №6. Особенности организации занятий по циклическим видам ФОД (гидроаэробика, гидрошейпинг, сайклинг, кондиционная тренировка, профилактический бег и др.)	2
3	Лекция №7. Организация занятий триатлоном в системе образования	2
4	Лекция №8. Контроль на занятиях триатлоном	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинар №1. Понятия “Здоровье”, “Здоровый образ жизни”. Цель, задачи, основные направления физической рекреации. Формы физической рекреации.	2
1	Семинар №2. Характеристика средств циклических видов ФОД. Характеристика методов циклических видов ФОД.	2
1	Семинар №3-4. Классификация физических упражнений в циклических видах ФОД. Особенности применения упражнений.	4
2	Семинар №5. Классификация физических упражнений в циклических видах ФОД. Особенности применения упражнений.	2
2	Семинар №6. Отличительные особенности современных физкультурно-оздоровительных технологий. Аквааэробика, аквашейпинг, сайклинг, профилактический бег, их характеристика. Методика проведения занятий.	2
2	Семинар №7. Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий циклическими видами ФОД. Особенности применения.	2
2	Семинар №8. Оборудование инвентарь и специальные приспособления для занятий циклическими видами ФОД. Особенности применения.	2
2	Семинар №9. Техника безопасности на занятиях циклическими видами ФОД.	2
2	Семинар №10. Особенности организации занятий по различным направлениям аквафитнеса, сайклинга и профилактического бега. Современные физкультурно-оздоровительные технологии с использованием специальных средств.	2
3	Семинар №11. Содержание и структура занятий триатлоном с детьми раннего возраста. Формы проведения. Программы занятий.	2
3	Семинар №12. Содержание и структура занятий триатлоном в дошкольных учреждениях. Формы проведения. Программы занятий.	2
3	Семинар №13. Содержание и структура занятий триатлоном в школе. Формы проведения. Программы занятий.	2

3	Семинар №14. Содержание и структура занятий триатлоном в средних и высших учебных заведениях. Формы проведения. Программы занятий.	2
3	Семинар №15. Контроль на занятиях триатлоном.	2
3	Семинар №16. Обзор рекреационно-оздоровительных программ фитнес-клубов Санкт-Петербурга. Достоинства и недостатки современных фитнес-программ. Возможности повышения качества оздоровительных услуг, предлагаемых фитнес-клубами.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; ISBN 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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:

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, компакт-диски с видеозаписями соревнований, цифровая видеокамера.

- программное обеспечение: Power Point, Statgraphics, AutoCad, movie edit pro 2002, Video Capture Card;

- инструментарий: секундомер, динамометр, спирометр, прибор-пульматест;

- диагностическая аппаратура: для оценки функционального состояния спортсмена аппаратный комплекс «Омега-С»

- для оценки реакции ССС занимающихся на физическую нагрузку диагностический прибор «Polar»

Для проведения практических занятий по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (триатлон)» необходимы:

□ спортивные велосипеды, велосипедные туфли, кроссовки, лопатки для гребли, доски для плавания, колобашки, ласты, зажим для носа, петли TRX, резинки, коврики.

□ средства обеспечения безопасности и страховки: гидрокостюм, буй, велосипедный шлем, лодка с мотором, спасательные жилеты, машина сопровождения, организация питания;

инструменты для настройки инвентаря: гаечные ключи №10-№19, отвертки плоские, крестовые и шестигранные, пассатижи, рулетка измерительная, угольник, гониометр, уровень, велосипедный насос;

специализированные тренажеры: роллерный велостанок, Wattbike.

тренажерный зал, оборудованный инвентарем для проведения занятий по ОФП;

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 методике неолимпийских видов спорта

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(спортивный туризм и спортивное ориентирование)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:

Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:

Очная/заочная

Согласовано:

Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Никитин А.А.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: *дифференцированный зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции
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
	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-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>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, 	<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"> - навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом,

	<p>навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.</p>	<p>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> <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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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 	<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

	<p>психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <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>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>психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</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.
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 	<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

<p>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> <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>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> <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:

4. *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 (дифференцированный зачет)	6					6 зач			
Самостоятельная работа студента	90					90			
Общая трудоемкость	часы	144				144			
	зачетные единицы	4				4			

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

5.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая характеристика видов спорта спортивный туризм, спортивное ориентирование	Спортивный туризм, спортивное ориентирование в системе ЕВСК. Оздоровительный характер спортивного туризма и спортивного ориентирования. Особенности тренировочного процесса и участия в соревнованиях.	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,
2.	Планирование тренировочного процесса в спортивном туризме, спортивном ориентировании	Основные принципы теории и методики физической культуры, теории спорта. Учет анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся в зависимости от пола и возраста. Основы педагогики и психологии для	Знает: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста,

		<p>реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы. Технологии разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса.</p>	<p>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> <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 рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
3.	Виды подготовки,	Особенности спортивного туризма и спортивного	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы,

	<p>обучение, воспитание, развитие в спортивном туризме, спортивном ориентировании.</p>	<p>ориентирования и связанная с этим специфика использования в сфере оздоровления населения. Понятие о физической, тактико-технической и психологической подготовке. Обучение техническим приемам в спортивном туризме, спортивном ориентировании. Методика организации и проведения занятий по спортивному туризму, спортивному ориентированию.</p>	<p>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> <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.
4.	<p>Развитие физических качеств и повышение функциональных возможностей средствами</p>	<p>Средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов и обучающихся. Возможности спортивного туризма и</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,

	спортивного туризма и спортивного ориентирования	спортивного ориентирования для повышения функциональных возможностей и развития физических и психических качеств занимающихся.	<p>соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, способы психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</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.
5.	Контроль тренировочного процесса при занятиях с детьми и взрослыми спортивным туризмом и спортивным ориентированием	Содержание и формы, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятий спортивным туризмом и спортивным ориентированием. 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

			<p>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.
--	--	--	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий лекционного типа	Кол-во часов
<i>5 семестр</i>		
1	Лекция №1 Использование спортивного ориентирования и спортивного туризма в качестве оздоровительных технологий в сфере дополнительного образования детей и взрослых.	2
1	Лекция №2 Общая характеристика спортивного туризма, спортивного ориентирования. Виды и дисциплины, спортивного туризма спортивного ориентирования и их характеристики.	2
2	Лекция №3 Планирование тренировочного процесса.	2
3	Лекция №4 Виды подготовки в спортивном туризме и спортивном ориентировании.	2
4	Лекция №5 Развитие физических качеств средствами спортивного туризма и спортивного ориентирования	2
4	Лекция №6 Повышение функциональных возможностей средствами спортивного туризма и спортивного ориентирования	2
5	Лекция №7 Содержание и формы контроля в процессе занятий спортивным туризмом и спортивным ориентированием. Средства и методы педагогического мониторинга.	2
5	Лекция №8 Коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1	Практическое занятие №1. История возникновения и развития спортивного туризма и спортивного ориентирования. Основные понятия.	2
1	Практическое занятие №2 Общая характеристика спортивного туризма. Виды и дисциплины, спортивного туризма и их характеристики.	2
1	Практическое занятие №3 Общая характеристика спортивного ориентирования. Виды и дисциплины спортивного ориентирования и их характеристики	2
1	Практическое занятие №4 Возможности использования спортивного туризма и спортивного ориентирования как средства рекреации.	2
2	Практическое занятие №5 . Планирование тренировочного процесса.	2
3	Практическое занятие №6. Виды подготовки в спортивном туризме	2
3	Практическое занятие №7. Виды подготовки в спортивном ориентировании..	2
4	Практическое занятие №8. Развитие физических качеств средствами спортивного туризма	2
4	Практическое занятие №9 Развитие физических качеств средствами спортивного ориентирования	2
4	Практическое занятие №10. Повышение функциональных возможностей средствами спортивного туризма.	2
4	Практическое занятие №11. Повышение функциональных возможностей средствами спортивного ориентирования	2
4	Практическое занятие №12. Значимые физические качества в спортивном туризме и способы их развития.	2
4	Практическое занятие №13- Значимые физические качества в спортивном ориентировании и способы их развития..	2
4	Практическое занятие №14. Развитие психических способностей средствами спортивного ориентирования.	
5	Практическое занятие №15 Содержание и формы контроля в процессе занятий спортивным туризмом и спортивным ориентированием. Средства и методы педагогического мониторинга.	
5	Практическое занятие №16 Коррекции тренировочного процесса на основе	2

	результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля.	
	Итого 5 семестр:	32

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре :

- учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
 8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- 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 избранного вида спорта (спортивный туризм, спортивное ориентирование) необходимы:

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран), возможностью подключения к сети

«Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

- Спортивный стадион НГУ им. П.Ф. Лесгафта
- Загородный спортивный комплекс в п. Токсово с полигонами, оборудованными контрольными пунктами, и спортивными картами для ориентирования.

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 бокса им. ЗТ СССР А.Н. Кудрина

Рабочая программа дисциплины (модуля)


**Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(тхэквондо)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 30 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Павленко А.В.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » августа 20 22 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

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: *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 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
	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-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-	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>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> <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 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:</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.
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>ОПК-3.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>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 	<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>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

	<p>соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>	<p>средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p>
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 	<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.	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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Применение оздоровительных технологий в тхэквондо.	<p>Научное обоснование оздоровительных технологий в тхэквондо.</p> <p>Профилактика травматизма в тхэквондо.</p> <p>Целенаправленное укрепление мышц, связок и других физиологических систем организма у юных тхэквондистов, необходимых для соревновательной тхэквондо.</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,

			<p>занятий физической культурой и спортом в рамках сферы 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.
2.	<p>Гигиена и профилактика травматизма при занятиях тхэквондо.</p>	<p>Причины заболеваний и травмы при занятиях тхэквондо. Методика организации занятий тхэквондо. Материально-техническое обеспечение занятий тхэквондо. Средства и методы профилактики травматизма на занятиях тхэквондо.. Связь тренера со спортивным врачом.</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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
3.	<p>Техника безопасности при занятиях тхэквондо</p>	<p>Особенности методики обучения с соблюдением ТБ без партнёра. Особенности методики обучения с соблюдением ТБ с партнёром</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 собственнотренировочные средства из своего вида спорта, способы психологопедагогического 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 собственнотренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психологопедагогическое сопровождение в сфере

			<p>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.
4.	<p>Исследование и оценка функционального состояния организма в тхэквондо.</p>	<p>Необходимые базовые знания по разделу врачебного контроля. Цели функциональной диагностики здоровых людей и спортсменов. Определение и оценка физической работоспособности.</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.
5.	<p>Виды функциональных проб.</p>	<p>Общие требования, предъявляемые к функциональным пробам. Пробы с физической нагрузкой. Требования ВОЗ,</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;

		<p>предъявляемые к тестирующим нагрузкам. Велозргометрия. Цели проведения нагрузочной велозргометрической пробы в кардиологии. Противопоказания к проведению велозргометрии и тредмил-теста. Критерии прекращения велозргометрической пробы.</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>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.
б.	Исследование и оценка физической работоспособности в тхэквондо.	<p>Физическая работоспособность. Физическая работоспособность человека определяется его аэробной и анаэробной производительностью. Ресинтез АТФ. Вклад в энергообеспечение аэробных и анаэробных механизмов энергопродукции в зависимости от интенсивности и продолжительности нагрузки.</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

			<p>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.</p>
7.	Способы определения МПК: прямой и непрямой.	<p>Максимальное потребление кислорода. Субмаксимальный тест PWC 170. Проведение теста PWC 170 с помощью велоэргометра. Оценка относительных значений показателя PWC 170. Соотношение показателя PWC 170 и величины МПК. Определение PWC 170 с помощью степ-теста. Непрямой метод определения МПК. Прямой метод определения МПК.</p>	<p>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.</p>
8.	Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по	<p>Определение направленности тренировочного процесса по показателю ПАНО. Оценка</p>	<p>Знает: - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p>

	результатам тестирования	адаптационных резервов организма спортсменов. Тест вариационной пульсометрии. Комплексная оценка резервов здоровья спортсменов. Оценка функциональных резервов ЦНС по тесту зрительно-моторной реакции.	<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>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.
--	--------------------------	---	---

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Лекция №1. Применение оздоровительных технологий в тхэквондо.	2
2	Лекция №2. Гигиена и профилактика травматизма при занятиях тхэквондо.	2
3	Лекция №3. Техника безопасного выполнения упражнений.	2
4	Лекция №4. Исследование и оценка функционального состояния организма в тхэквондо.	2
5	Лекция № 5. Виды функциональных проб.	2
6	Лекция № 6. Исследование и оценка физической работоспособности в тхэквондо.	2
7	Лекция № 7. Способы определения МПК: прямой и непрямой.	2
8	Лекция № 8. Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание семинаров	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1. «Применение оздоровительных технологий в тхэквондо». Опрос по материалу лекции №1 (по контр. вопросам)	2

	<p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Научное обоснование оздоровительных технологий в тхэквондо; - Профилактика травматизма на занятиях по тхэквондо; - Целенаправленное укрепление мышц, связок и других физиологических систем организма у юных тхэквондистов. 	
2	<p>Семинарское занятие №2. «Гигиена и профилактика травматизма при занятиях тхэквондо».</p> <p>Опрос по материалу лекции №2 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Причины заболеваний и травмы при занятиях тхэквондо; - Методика организации занятий тхэквондо; - Материально-техническое обеспечение занятий тхэквондо; - Средства и методы профилактики травматизма на занятиях тхэквондо. - Основы техники безопасности в тхэквондо; - Связь тренера со спортивным врачом. 	2
3	<p>Семинарское занятие №3. «Техника безопасного выполнения упражнений в тхэквондо».</p> <p>Опрос по материалу лекции №3 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Особенности методики обучения без партнёра; - Особенности методики обучения с партнёром 	2
4	<p>Семинарское занятие №4. «Исследование и оценка функционального состояния организма в тхэквондо».</p> <p>Опрос по материалу лекции №4 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Необходимые базовые знания по разделу врачебного контроля; - Цели функциональной диагностики здоровых людей и спортсменов; - Определение и оценка физической работоспособности. 	2
5	<p>Семинарское занятие № 5. «Виды функциональных проб».</p> <p>Опрос по материалу лекции №5 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Общие требования, предъявляемые к функциональным пробам; - Пробы с физической нагрузкой; - Требования ВОЗ, предъявляемые к тестирующим нагрузкам; - Велоэргометрия; - Цели проведения нагрузочной велоэргометрической пробы в кардиологии; - Противопоказания к проведению велоэргометрии и тредмил-теста; - Критерии прекращения велоэргометрической пробы. 	2
6	<p>Семинарское занятие № 6. «Исследование и оценка физической работоспособности в тхэквондо».</p> <p>Опрос по материалу лекции №6 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Физическая работоспособность; - Аэробная и анаэробная производительность; - Ресинтез АТФ; - Вклад в энергообеспечение аэробных и анаэробных механизмов энергопродукции в зависимости от интенсивности и продолжительности нагрузки. 	2
7	<p>Семинарское занятие № 7. «Способы определения МПК: прямой и непрямой».</p> <p>Опрос по материалу лекции №7 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Максимальное потребление кислорода; - Субмаксимальный тест PWC 170; - Проведение теста PWC 170 с помощью велоэргометра; 	2

	<ul style="list-style-type: none"> - Оценка относительных значений показателя PWC 170; - Соотношение показателя PWC 170 и величины МПК; - Определение PWC 170 с помощью степ-теста; - Непрямой метод определения МПК; - Прямой метод определения МПК. 	
8	<p>Семинарское занятие № 8. «Контроль направленности тренировочного процесса с учётом рекомендации по результатам тестирования».</p> <p>Опрос по материалу лекции №8 (по контр. вопросам)</p> <p>Примерные вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определение направленности тренировочного процесса по показателю ПАНО; - Оценка адаптационных резервов организма спортсменов; - Тест вариационной пульсометрии; - Комплексная оценка резервов здоровья спортсменов; - Оценка функциональных резервов ЦНС по тесту зрительно-моторной реакции. 	2
1	Семинарское занятие № 9. Средства укрепления мышц, связок и других физиологических систем организма у юных тхэквондистов.	2
2	Семинарское занятие № 10. Средства и методы профилактики травматизма на занятиях тхэквондо.	2
3	Семинарское занятие № 11. Подготовительные средства для обучения безопасному падению.	2
4	Семинарское занятие № 12. Определение и оценка физической работоспособности.	2
5	Семинарское занятие № 13. Пробы с физической нагрузкой.	2
6	Семинарское занятие № 14. Физическая работоспособность.	2
7	Семинарское занятие № 15. Определение PWC 170 с помощью степ-теста.	2
8	Семинарское занятие № 16. Тест вариационной пульсометрии.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 109 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

- учебная аудитория кафедры ТиМ бокса с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, в том числе для записи, компоновки, ускорения и замедления музыкальных произведений, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, видеомагнитофон, телевизор, DVD-проигрыватель, видеокассеты (VHS) и компакт-диски с видеозаписями соревнований и другого учебного материала, цифровая видеокамера, фотоаппарат.

- программное обеспечение: Power Point, Statgraphics, AutoCad, movie edit pro 2002, Video Capture Card;

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 фехтования им. К.Т. Булочко

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(фехтование)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС

 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Г.Б. Шустиков

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: *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 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
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-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>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>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>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>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.
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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-4	<p>ОПК-4.1. Знает:</p>	<p>Знает:</p>

	<p>- средства и методы, чувствительные периоды развития физических качеств;</p> <p>- 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>ОПК-4.2. Умеет:</p> <p>- 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> <p>ОПК-4.3. Владеет:</p> <p>- 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>	<p>- средства и методы, чувствительные периоды развития физических качеств;</p> <p>- 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>Умеет:</p> <p>- 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> <p>Владеет:</p> <p>- 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>
--	--	--

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.

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.

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

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

	занимающихся физической культурой и спортом.	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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Физиологическая характеристика фехтования и его влияние на организм занимающихся.	Влияние занятий фехтованием на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	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

			<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, 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 рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
2.	Обеспечение техники	Меры безопасности и профилактика травматизма при	Знает:

	<p>безопасности на занятиях по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>проведении занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Фехтовальный инвентарь и экипировка.</p>	<p>- средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Умеет:</p> <p>- организовывать деятельность спортсменов и обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Владет:</p> <p>- 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.</p>
3.	<p>Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств фехтования.</p>	<p>Фехтование как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий фехтованием на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения</p>	<p>Знает:</p> <p>- средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>- организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной</p>

		<p>занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)</p>	<p>подготовки и сфере образования.</p> <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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <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 собственнотренировочные средства из своего вида спорта, а также обеспечивать психологопедагогическое 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 собственнотренировочные средства из своего вида спорта, методиками психологопедагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
4.	<p>Организация и проведение занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.</p>	<p>Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей дошкольного возраста. Организация, методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомоморфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста, теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебновоспитательного процесса и

			<p> 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: - навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы </p>
--	--	--	--

			в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
5.	Организация и проведение занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий фехтованием с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	<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

			<p>процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы 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.
б.	<p>Организация и проведение занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</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

			<p>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:</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.
7.	<p>Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях по фехтованию с оздоровительной и</p>	<p>Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в

	образовательной направленностью.		<p>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>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.
8.	Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.	Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.	<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.
--	--	--	---

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. Физиологическая характеристика фехтования как вида спорта и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий по фехтованию на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	2
2.	Лекция № 2. Обеспечение техники безопасности на занятиях по фехтованию с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий с оздоровительной и образовательной направленностью. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Фехтовальный инвентарь и экипировка. Подготовка инвентаря к занятиям.	2
3.	Лекция № 3. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств фехтования. Фехтование как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий по фехтованию на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2
4.	Лекция № 4. Организация занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей дошкольного возраста. Организация, методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.	2

5.	Лекция № 5. Организация занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	2
6.	Лекция № 6. Организация занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
7.	Лекция № 7. Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Лекция № 8. Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
2.	Практическое занятие – 1 Обеспечение техники безопасности на занятиях фехтованию с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по фехтованию.	2
3.	Практическое занятие – 2 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств фехтования. Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2
4.	Практическое занятие – 3-4 Организация и проведение занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста. Организация, методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.	4
4.	Практическое занятие – 5-6 Организация и проведение занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста.	4

	Организация, методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста.	
4.	Практическое занятие – 7-8 Организация и проведение занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста.	4
4.	Практическое занятие – 9-10 Организация и проведение занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста.	4
5.	Практическое занятие – 11 Организация и проведение занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста.	2
5.	Практическое занятие – 12 Организация и проведение занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Организация и методика проведения занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
7.	Практическое занятие – 13 Планирование и учет тренировочной нагрузки на занятиях по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учета тренировочной нагрузки на занятиях по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 14 Педагогический, контроль в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью. Педагогический контроль в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического контроля в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 15 Психологический контроль в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью. Психологический контроль в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы психологического контроля в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 16	2

	<p>Медико-биологический контроль в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью. Медико-биологический контроль в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.</p> <p>Виды и формы медико-биологического контроля в процессе занятий по фехтованию с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	
--	---	--

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный

- университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 293 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
 8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. — 130 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория кафедры ТиМ фехтования им К.Т. Булочко для проведения учебных занятий оснащена мультимедийным оборудованием: компьютерной техникой с необходимым программным обеспечением, в том числе для записи, компоновки, ускорения и замедления произведений, проектор, экран, телевизор, DVD-проигрыватель, компакт-диски с видеозаписями соревнований и другого учебного материала, цифровая видеокамера, фотоаппарат. Для самостоятельной работы обучающихся аудитория оснащена компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет», с установленным программным обеспечением: Power Point, Statgraphics и обеспечена доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Перечень материально-технических средств для проведения занятий семинарского типа.

№ п.п	Наименование	Кол - во
1.	Металлическая токопроводящая дорожка	3
2.	Электрофиксатор для фехтования (сигнальный аппарат) (комплект)	3
3.	Катушка-сматыватель	6
4.	Стандартное тренировочное оружие	14
5.	Маски	14
6.	Фехтовальные костюмы	14
7.	Гимнастическая скамейка	10
8.	Гимнастическая стенка	4
9.	Мишень настенная для тренировки фехтовальщика	2
10.	Подсобные (фехтовальные) устройства: чучела, манекены и т.п.	1
11.	Зеркало настенное	10
12.	Стеллаж для нагрудников и масок	1
13.	Груз универсальный для проверки наконечника	2
14.	Для спортивной дисциплины: шпага (щуп для шпаги)	1
15.	Доска информационная	1
16.	Верстак слесарный с тисками	1
17.	Электропаяльник	1

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 футбола

Рабочая программа дисциплины (модуля)

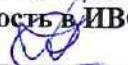
Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(футбол)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» августа 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  М.Ю. Нифонтов

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«21» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: *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 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
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-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,	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>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:</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>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:</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.
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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>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>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>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-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 	<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

	<p>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. 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.</p>	<p>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.</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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	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

№ темы	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Общая характеристика основы теории и методики физкультурно-оздоровительной работы и физкультурно-оздоровительных	Общая характеристика игры футбол. Определение понятий оздоровительной физической культуры и физкультурно-оздоровительных технологий в футболе. Цель и задачи	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

	технологий средствами футбола.	оздоровительной физической культуры и методики физкультурно-оздоровительных технологий в футболе. Разновидности футбола в физкультурно-оздоровительной деятельности и физкультурно-оздоровительных технологий.	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: - 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.
2	Организация занятий футболом с оздоровительной и образовательной направленностью с населением разного возраста, пола и уровня подготовки.	Особенности организации занятий футболом с оздоровительной и образовательной направленностью с населением разного возраста, пола и уровня подготовки. Методика проведения игр в малых составах с оздоровительной и образовательной направленностью с населением разного возраста, пола и уровнем подготовки.	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. - 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. - 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-

			<p>педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <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. - 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"> - 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.
3	<p>Развитие физических, психических качеств и повышение функциональных возможностей организма занимающихся средствами футбола.</p>	<p>Средства и методы футбола. Сенситивные периоды развития физических качеств. Факторы повышающие функциональные возможности организма занимающихся. Развитие физических и психических качеств занимающихся.</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 подготовки и сфере образования. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов и обучающихся

			обучающихся, в том числе включающие соответствующие собственно-тренировочные средства из своего вида спорта, методиками психолого-педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.
4	Планирование тренировочного процесса оздоровительной работы и физкультурно-оздоровительных технологий в футболе.	Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях футболом с оздоровительной и образовательной направленностью.	<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"> - 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.
5	Методические основы контроля тренировочного процесса, оздоровительной работы и физкультурно-оздоровительных технологий при занятиях футболом.	Методические основы проведения контроля в футболе. Содержание и формы, комплексного контроля в футболе. Педагогический, психологический и медико-биологический, антидопинговый контроль в процессе занятий футболом.	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

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
5 семестр		
1	Лекция № 1. Общая характеристика игры футбол. Определение понятий оздоровительной физической культуры и физкультурно-оздоровительных технологий в футболе.	2
1	Лекция № 2. Цель и задачи оздоровительной физической культуры и методики физкультурно-оздоровительных технологий в футболе. Разновидности футбола в физкультурно-оздоровительной деятельности и физкультурно-оздоровительных технологий.	2
2	Лекция № 3. Особенности организации занятий футболом с оздоровительной и образовательной направленностью с населением разного возраста, пола и уровня подготовки.	2
2	Лекция № 4. Методика проведения игр в малых составах с оздоровительной и образовательной направленностью с населением разного возраста, пола и уровнем подготовки.	2
3	Лекция № 5. Средства и методы футбола. Сенситивные периоды развития физических качеств.	2
3	Лекция № 6. Факторы повышающие функциональные возможности организма занимающихся. Развитие физических и психических качеств занимающихся.	2
4	Лекция № 7. Методические основы проведения контроля в футболе. Содержание и формы, комплексного контроля в футболе.	2
4	Лекция № 8. Педагогический, психологический и медико-биологического, антидопинговый контроль в процессе занятий футболом.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Практическое занятие №1. Общая характеристика игры футбол. Характеристика игровой деятельности. Основы техники и тактики футбола.	2
1	Практическое занятие №2. Определение понятий оздоровительной физической культуры и физкультурно-оздоровительных технологий в футболе.	2
2	Практическое занятие №3 Цель и задачи оздоровительной физической культуры и методики физкультурно-оздоровительных технологий в футболе.	2
2	Практическое занятие №4 Разновидности футбола в физкультурно-оздоровительной деятельности и физкультурно-оздоровительных технологий.	2
2	Практическое занятие №5 Особенности проведения занятий футболом в физкультурно-оздоровительной деятельности и физкультурно-оздоровительных технологий.	2
2	Практическое занятие №6 Методика проведения игр в малых составах с оздоровительной и образовательной направленностью с населением разного возраста, пола и уровнем подготовки. (2 на 2, 4 на 4).	2
2	Практическое занятие №7. Методика проведения игр в малых составах с оздоровительной и образовательной направленностью с населением разного возраста, пола и уровнем подготовки. (6 на 6, 8 на 8).	2
3	Практическое занятие №8. Средства и методы развития физических качеств в футболе.	2
3	Практическое занятие №9. Развитие гибкости и силовых способностей занимающихся.	2
3	Практическое занятие №10. Развитие скоростных и координационных способностей занимающихся.	2
3	Практическое занятие №11. Факторы повышающие функциональные возможности организма занимающихся.	2
3	Практическое занятие №12. Развитие морально-волевых качеств занимающихся.	2
4	Практическое занятие №13. Методические основы проведения контроля в футболе.	2

4	Практическое занятие №14. Содержание и формы, комплексного контроля в футболе.	2
4	Практическое занятие №15. Педагогический и психологический контроль в процессе занятий футболом.	2
4	Практическое занятие №16. Медико-биологический и антидопинговый контроль в процессе занятий футболом.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; ISBN 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта,

- Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
 7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 293 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
 8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. — 130 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

- учебная аудитория кафедры ТиМ футбола с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, в том числе, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, телевизор, DVD кассеты и компакт-диски с видеозаписями соревнований и другого учебного материала, цифровая видеокамера, фотоаппарат.
- программное обеспечение: Power Point, Statgraphics, AutoCad, movie edit pro 2002, Video Capture Card.

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 хоккея

Рабочая программа дисциплины (модуля)

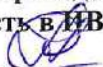
Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(хоккей)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта


Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 29 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  А.В. Точицкий

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

« 31 » 08 2022 г., протокол № 1

Автор-разработчик:

Санкт-Петербург, 2022

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: 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 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
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-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	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,

	<p>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:</p> <p>- 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>	<p>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:</p> <p>- 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>
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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>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

	<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>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>спортивной подготовки и сфере образования.</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.
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 	<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

	<p>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 занимающихся физической культурой. 	<p>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 занимающихся физической культурой.
--	---	--

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 (дифференцированный зачет)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Физиологическая характеристика игры хоккей и его влияние на организм занимающихся.	Влияние занятий хоккеем на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	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

			<p>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:</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.
2.	Обеспечение техники безопасности на занятиях хоккеем с оздоровительной и	Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью Выбор и	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной

	<p>образовательной направленностью.</p>	<p>подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Хоккейный инвентарь и снаряжение. Выбор и подготовка инвентаря к занятиям. Основные и вспомогательные аксессуары, порядок их использования в подготовке инвентаря.</p>	<p>деятельности; организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.
<p>3.</p>	<p>Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств хоккея.</p>	<p>Хоккей как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий хоккеем на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Организация проведения соревнований. Обучение самоконтролю. Организация и проведение массовых соревнований, праздников, фестивалей, турниров. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать деятельность спортсменов и обучающихся,

			<p>обучающихся, проводить занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <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
--	--	--	---

			<p>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.
4.	<p>Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.</p>	<p>Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного 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

			<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>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 рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
5.	Организация занятий хоккеем с	Физиологические и психические особенности	Знает:

	<p>оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>- 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</p>
--	--	---	---

			<p>культурой и спортом в рамках сферы 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.
б.	<p>Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.</p>	<p>Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого 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 разработки и реализации образовательных программ, современные концепции физического

			<p>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:</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.
7.	<p>Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.</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

			<p>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.
--	--	--	--

8.	Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятиях хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.	Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятиях хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.	<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.
--	--	--	---

1.1. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция № 1. Физиологическая характеристика хоккея и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий хоккеем на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	2
2.	Лекция № 2. Обеспечение техники безопасности на занятиях хоккеем с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий с оздоровительной и образовательной направленностью Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет метеорологических условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Хоккейный инвентарь и снаряжение. Выбор и подготовка инвентаря к занятиям. Основные хоккейные аксессуары, порядок их использования в зависимости от t° льда и его состояния.	2
3.	Лекция № 3. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств хоккея. Хоккей, как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий хоккеем на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Организация проведения соревнований. Обучение самоконтролю. Организация и проведение массовых соревнований, праздников, фестивалей, турниров. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2
4.	Лекция № 4. Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	2
5.	Лекция № 5. Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения	2

	занятий по хоккею с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	
6.	Лекция № 6. Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста. Физиологические и психические особенности людей пожилого возраста. Организация и методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.	2
7.	Лекция № 7. Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях по хоккею с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Лекция № 8. Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Практическое занятие – 1 (аудитория) Физиологическая характеристика хоккея и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий хоккеем на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, .	2
1.	Практическое занятие – 2 Физиологическая характеристика хоккея и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий хоккеем на психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	2
2.	Практическое занятие – 3 Обеспечение техники безопасности на занятиях хоккеем с оздоровительной направленностью. Обеспечение техники безопасности на занятиях хоккеем с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по хоккею.	2
3.	Практическое занятие – 4 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств хоккея в зимний период. Хоккей как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий хоккеем на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности.	2
3.	Практическое занятие – 5 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств хоккея в летне-осенний период	2

	Организация проведения соревнований по хоккею. 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.)	
4.	Практическое занятие – 6 Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста.	2
4.	Практическое занятие – 7 Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста.	2
4.	Практическое занятие – 8 Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста.	2
5.	Практическое занятие – 9 Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста.	2
5.	Практическое занятие – 10 Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Организация и методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
6.	Практическое занятие – 11 Организация занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью с людьми пожилого возраста.	2
7.	Практическое занятие – 12 (аудитория) Планирование тренировочной нагрузки на занятиях хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования тренировочной нагрузки на занятиях хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
7.	Практическое занятие – 13	2

	Учёт тренировочной нагрузки на занятиях хоккеем с оздоровительной направленностью. Виды учёта тренировочной нагрузки на занятиях хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.	
8.	Практическое занятие – 14 Педагогический, контроль в процессе занятиях хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью. Педагогический контроль в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического контроля в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 15 Психологический контроль в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью. Психологический контроль в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы психологического контроля в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 16 Медико-биологический контроль в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью. Медико-биологический контроль в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы медико-биологического контроля в процессе занятия хоккеем с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978–5–85341–898–1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 109 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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

5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. (1,2,3 этаж, нежилое помещение №1)– Специализированная мебель: Учебный стол- 30 шт.; стул-60 шт., письменный стол-2 шт. Оборудование: доска меловая-2шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.

Для проведения занятий по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (хоккей)» необходимы:

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения (состав определяется в зависимости от дисциплины).

Легкоатлетический стадион, хоккейная площадка, оснащённые необходимым оборудованием.

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 (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(художественная гимнастика)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

« 29 » 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Терехина Р.Н.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета
« 31 » августа 20 22 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

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: *дифференцированный зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Общепрофессиональные компетенции	
<p>Планирование</p> <p>Виды подготовки занимающихся, обучение, воспитание, развитие</p> <p>Контроль и анализ</p>	<p>ОПК-1. Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомио-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</p> <p>ОПК-3. Способен проводить занятия физической культурой в сфере образования.</p> <p>ОПК-4. Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности обучающихся в соответствии со спецификой направления, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>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.</p>

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> <p>- 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</p>	<p>Знает:</p> <p>- 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</p>

	<p>процесса и 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>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 спортивной подготовки, сферы образования. 	<p>процесса и 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> <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 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>ОПК-3.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>ОПК-4.3. Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных 	<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>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками развития физических качеств и повышения функциональных

	<p>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>	<p>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>
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- 	<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.	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	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16					16			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32					32			
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Особенности реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы	Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Основы теории физического воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы.	<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. <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.
2.	Нормативно-правовые основания проектирования дополнительных общеобразовательных и оздоровительных программ	<p>1. Изучение структуры программ, содержащих два основных раздела (раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»: пояснительная записка; цель и задачи программы; содержание программы; планируемые результаты. Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»: календарный учебный график; условия реализации программы; формы аттестации; оценочные материалы; методические материалы; рабочие программы (модули) курсов, дисциплин</p>	<p>Знает:</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> <ul style="list-style-type: none"> – определять методы, формы и средства разработки образовательных программ, планировать содержание учебно-

		<p>программы; список литературы).</p> <p>Изучение нормативных документов, содержащих цели, содержание и условия реализации дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». 2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р. 3. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». 4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» 5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы 	<p>воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы, занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования.</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>образовательных организаций дополнительного образования детей».</p> <p>Предметно-тематическое содержание дополнительных образовательных программ физкультурно-спортивной направленности.</p> <p>3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерства образования и науки Российской Федерации.</p>	
3.	<p>Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств художественной гимнастики</p>	<p>1. Художественная гимнастика как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий художественной гимнастикой на функциональное состояние занимающихся.</p> <p>2. Методика проведения занятий различной направленности (спортивной, ППФК, рекреационной ФК). Обучение самоконтролю. Обеспечение техники безопасности на занятиях по художественной гимнастике с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий с оздоровительной и образовательной направленностью. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Подготовка инвентаря к занятиям.</p> <p>3. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП,</p>	<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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. <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

		группы по интересам и т.д.)	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.
4.	Организация и проведение занятий по художественной гимнастике оздоровительной и образовательной направленности с детьми дошкольного возраста.	1. Формирование навыков проектирования программ физкультурно-оздоровительной направленности или рекомендаций к программам средствами художественной гимнастики для детей дошкольного возраста. 2. Организация, методика проведения занятий по художественной гимнастике оздоровительной и образовательной направленности с детьми дошкольного возраста.	Владеет: – 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. 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. 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.
5.	Организация и проведение занятий по художественной гимнастике оздоровительной и образовательной направленности с детьми школьного возраста.	<p>1. Формирование навыков проектирования программ физкультурно-оздоровительной направленности или рекомендаций к программам средствами художественной гимнастики для детей школьного возраста.</p> <p>2. Организация, методика проведения занятий по художественной гимнастике оздоровительной и образовательной направленности с детьми школьного возраста.</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. <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>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.
6.	Организация и проведение занятий по художественной гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	<p>1. Формирование навыков проектирования программ физкультурно-оздоровительной направленности или рекомендаций к программам средствами художественной гимнастики для взрослого населения.</p> <p>2. Организация, методика проведения занятий по художественной гимнастике оздоровительной и образовательной направленности со взрослым населением.</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. <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>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.
--	--	--	--

4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция № 1. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Основы теории физического воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы.	2
2.	Лекция № 2. Структура программ, содержащих два основных раздела: Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»: пояснительная записка; цель и задачи программы; содержание программы; планируемые результаты. Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»: календарный учебный график; условия реализации программы; формы аттестации; оценочные материалы; методические материалы; рабочие программы (модули) курсов, дисциплин программы; список литературы.	4
2.	Лекция № 3. Нормативные документы, содержащие цели, содержание и условия реализации дополнительных оздоровительных и общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта. Предметно-тематическое содержание дополнительных образовательных программ физкультурно-спортивной направленности.	2
2.	Лекция № 4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерства образования и науки Российской Федерации.	2
3.	Лекция № 5. Художественная гимнастика как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий художественной гимнастикой на функциональное состояние занимающихся (на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей).	2
3.	Лекция № 6. Методика проведения занятий различной направленности (спортивной, ППФК, рекреационной ФК). Обучение самоконтролю. Обеспечение техники безопасности на занятиях по художественной гимнастике с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий с оздоровительной и образовательной направленностью Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм. Подготовка инвентаря к занятиям.	2
3.	Лекция № 7. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
3.	Практическое занятие – 1 Обеспечение техники безопасности на занятиях по художественной гимнастике с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по художественной гимнастике.	2
3.	Практическое занятие – 2 Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2
4.	Практическое занятие – 3 Проектирование программы физкультурно-оздоровительной направленности или рекомендаций к программам средствами художественной гимнастики для детей дошкольного возраста.	2
4.	Практическое занятие – 4-6 Организация и проведение занятий по художественной гимнастике оздоровительной и образовательной направленности с детьми дошкольного возраста.	6
5.	Практическое занятие – 7 Проектирование программы физкультурно-оздоровительной направленности или рекомендаций к программам средствами художественной гимнастики для детей школьного возраста (1-4 классы, 5-8 классы, 9-10 классы по заданию преподавателя).	2
5.	Практическое занятие – 8-11 Организация и проведение занятий по художественной гимнастике оздоровительной и образовательной направленности с детьми школьного возраста (1-4 классы, 5-8 классы, 9-10 классы по заданию преподавателя).	8
6.	Практическое занятие – 12 Проектирование программы физкультурно-оздоровительной направленности или рекомендаций к программам средствами художественной гимнастики для взрослого населения (молодой возраст, средний возраст, пожилой возраст по заданию преподавателя).	4
4.	Практическое занятие – 13-16 Организация и проведение занятий по художественной гимнастике оздоровительной и образовательной направленности для взрослого населения (молодой возраст, средний возраст, пожилой возраст по заданию преподавателя).	6

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978-5-534-85341-8; ISBN 978-5-534-898-1-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для

женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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
- 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://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](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 кафедры ТиМ гимнастики для проведения учебных занятий оснащены мультимедийным оборудованием и техническими средствами обучения: проектор, экран, телевизор. Для самостоятельной работы обучающихся аудитории оснащены возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий семинарского типа (практические занятия) кафедра ТиМ гимнастики оснащена стандартным гимнастическим залом на 2 гимнастических ковра с необходимым оборудованием (музыкальный центр, гимнастические стенки, маты и скамейки, и другой инвентарь для физической подготовки), залом хореографии, оборудованным станком и зеркалами, гимнастические предметы (скакалки, обручи, мячи, булавы, ленты с палочками и сопутствующие товары).

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 теории и методики гимнастики

Рабочая программа дисциплины (модуля)


Оздоровительные технологии и организация дополнительного
образования детей и взрослых средствами избранного вида спорта
(эстетическая гимнастика)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.04 Спорт

Направленность (профиль):
Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

Квалификация:
Тренер по виду спорта. Преподаватель

Форма обучения:
Очная/заочная

Согласовано:
Руководитель ОПОП по направлению
подготовки 49.03.04 Спорт,
Направленность (профиль) ОП
Тренерско-преподавательская
деятельность в ИВС
 Двейрина О.А.

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

«29» 08 2022 г., протокол № 1

Зав. кафедрой  Терехина Р.Н.

Рекомендована решением
Учебно-методического совета

«31» августа 2022 г., протокол № 01

Автор-разработчик:

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

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре очной формы обучения. Вид промежуточной аттестации: *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 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
Виды подготовки спортсмена, обучение, воспитание, развитие	ОПК-3. Способен проводить занятия физической культурой и спортом 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-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, анатоμο-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста,	Знать: - положения теории и методики физической культуры, теории спорта, анатоμο-морфологические, физиологические и психические особенности занимающихся различного

	<p>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:</p> <p>- 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</p>	<p>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>Уметь:</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>Владеть:</p> <p>- навыками разработки и реализации образовательных программ, технологиями планирования занятий физической культурой и спортом, навыками организации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы в</p>
--	--	---

	образования.	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:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>Знать:</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>Уметь:</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>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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-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>Знать:</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-

	<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>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>педагогического сопровождения в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Уметь:</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>Владеть:</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-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, 	<p>Знать:</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

	<p>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 	<p>личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, средства и методы педагогического мониторинга</p> <p>Уметь:</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>Владеть:</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		48					48					
В том числе:												
Занятия лекционного типа		16					16					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		32					32					
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)		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 раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Физиологическая характеристика эстетической гимнастики и ее влияние на организм занимающихся.	Влияние занятий эстетической гимнастикой на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	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

			<p>реализации образовательных программ, современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования, 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 рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
2.	Обеспечение техники безопасности на занятиях по эстетической гимнастике с оздоровительной и	Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной образовательной направленностью. Выбор и	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства, методы и приемы различных, в том числе базовых, видов физкультурно-спортивной деятельности;

	образовательной направленностью.	подготовка мест занятий, инвентаря, учет условий и подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм.	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.
3.	Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств гимнастики.	Эстетическая гимнастика как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий гимнастикой на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	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

			<p>занятия физической культурой и спортом, в сфере спортивной подготовки и сфере образования.</p> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- 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. <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
--	--	--	---

			<p>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.
4.	<p>Организация и проведение занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.</p>	<p>Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей дошкольного возраста. Организация, методика проведения занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного 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

			<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>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 рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования.
5.	Организация и проведение занятий по эстетической	Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - положения теории и методики физической

	<p>гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.</p>	<p>и возраста. Организация и методика проведения занятий гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.</p>	<p>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> <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</p>
--	--	---	---

			<p>рамках сферы 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.
б.	<p>Организация и проведение занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</p>	<p>Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.</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

			<p>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:</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.
7.	<p>Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	<p>Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью.</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

			<p>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
--	--	--	---

8.	Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью.	Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятий по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью.	<p>спортом.</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.
--	--	--	---

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. Физиологическая характеристика эстетической гимнастики как вида спорта и его влияние на организм занимающихся. Влияние занятий по гимнастике на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, психологическое состояние занимающихся, развитие двигательных способностей.	2
2.	Лекция № 2. Обеспечение техники безопасности на занятиях по гимнастике с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий с оздоровительной и образовательной направленностью. Выбор и подготовка мест занятий, инвентаря, учет подготовленности занимающихся. Оказание первой медицинской помощи при получении травм.	2
3.	Лекция № 3. Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств эстетической гимнастики. Эстетическая гимнастика как средство оздоровления различных категорий населения. Влияние занятий по гимнастике на функциональное состояние занимающихся. Методика проведения занятий различной направленности. Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2
4.	Лекция № 4. Организация занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей дошкольного возраста. Организация, методика проведения занятий по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.	2
5.	Лекция № 5. Организация занятий по эстетической гимнастике с	2

	оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста. Анатомо-морфологические, физиологические и психические особенности детей школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми школьного возраста.	
6.	Лекция № 6. Организация занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного пола и возраста. Организация и методика проведения занятий по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
7.	Лекция № 7. Планирование и учёт тренировочной нагрузки на занятиях по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учёта тренировочной нагрузки на занятиях по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Лекция № 8. Педагогический, психологический и медико-биологический контроль в процессе занятий гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе занятий гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью.	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
2.	Практическое занятие – 1 Обеспечение техники безопасности на занятиях эстетической гимнастикой с оздоровительной направленностью. Меры безопасности и профилактика травматизма при проведении занятий и соревнований по эстетической гимнастике.	2
3.	Практическое занятие – 2 Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств эстетической гимнастики. Обучение самоконтролю. Организация и проведение соревнований, праздников, фестивалей. Организация и проведения занятий в различных группах (группы здоровья, группы ОФП, группы по интересам и т.д.)	2
4.	Практическое занятие – 3-4 Организация и проведение занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста. Организация, методика проведения занятий по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми дошкольного возраста.	4
4.	Практическое занятие – 5-6 Организация и проведение занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по гимнастике с	4

	оздоровительной и образовательной направленностью с детьми младшего школьного возраста.	
4.	Практическое занятие – 7-8 Организация и проведение занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми среднего школьного возраста.	4
4.	Практическое занятие – 9-10 Организация и проведение занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста. Организация, методика проведения занятий по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью с детьми старшего школьного возраста.	4
5.	Практическое занятие – 11 Организация и проведение занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Физиологические и психические особенности занимающихся различного возраста.	2
5.	Практическое занятие – 12 Организация и проведение занятий по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением. Организация и методика проведения занятий по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью со взрослым населением.	2
7.	Практическое занятие – 13 Планирование и учет тренировочной нагрузки на занятиях по эстетической гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды планирования и учета тренировочной нагрузки на занятиях по гимнастике с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 14 Педагогический, контроль в процессе занятий гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью. Педагогический контроль в процессе занятий гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы педагогического контроля в процессе занятий эстетической гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 15 Психологический контроль в процессе занятий эстетической гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью. Психологический контроль в процессе занятий гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью. Виды и формы психологического контроля в процессе занятий гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью.	2
8.	Практическое занятие – 16 Медико-биологический контроль в процессе занятий эстетической	2

	<p>гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью. Медико-биологический контроль в процессе занятий гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью.</p> <p>Виды и формы медико-биологического контроля в процессе занятий гимнастикой с оздоровительной и образовательной направленностью.</p>	
--	--	--

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

ОСНОВНАЯ:

1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т.Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 283, [2] с. : ил.
2. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 246 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550>
3. Современные физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие / А. Е. Подоляка, О. Б. Подоляка, Е. В. Максимихина [и др.] ; под общей редакцией З. С. Варфоломеевой. — Череповец : ЧГУ, 2021. — 122 с. — ISBN 978–5–85341–898–1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/180958> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Башта, Л. Ю. Теоретико-методические основы спортивно-оздоровительных занятий с детьми : учебное пособие / Л. Ю. Башта ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 109 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573571>
2. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков : учебное пособие для вузов / М. Е. Вайндорф-Сысоева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 166 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06307-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513038>
3. Долматов, А.В. Нетрадиционные оздоровительные методики в современной физической культуре : учебное пособие / А.В. Долматов, И.В. Осадченко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры. — Малаховка : [б. и.], 2018. — 362 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

4. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительная работа со взрослым населением : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, А.Б. Петров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 228 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Ю.А. Скачков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. — 125 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова ; М-во спорта Рос. Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 204 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Мухина, М. П. Основы предварительной спортивной подготовки дошкольников : учебное пособие / М. П. Мухина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – 293 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690276>
8. Неретина, Т. Г. Основы работы вожатого в детском оздоровительном лагере : учебное пособие / Т. Г. Неретина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 130 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602397>

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> is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link](http://window.edu.ru/(link) is external)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link](http://www.minsport.gov.ru/(link) is external)

- 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 избранного вида спорта (эстетическая гимнастика)» необходимы:

- стандартный гимнастический зал с ковровым покрытием (маты, лонжи, петли, шведские стенки и скамейки, и другой инвентарь для физической подготовки), зал хореографии, оборудованный станком и зеркалами;

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, в том числе для записи, компоновки, ускорения и замедления музыкальных произведений, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, видеомагнитофон, телевизор, DVD-проигрыватель, видеокассеты (VHS) и компакт-диски с видеозаписями соревнований, музыкальных произведений и другого учебного материала, музыкальный центр (магнитофон) с возможностью записи и перезаписи музыкального материала, цифровая видеокамера, а также компьютерные программы для биомеханического анализа видеоматериалов.

Учебная аудитория кафедры ТиМ гимнастики для проведения учебных занятий оснащена мультимедийным оборудованием: компьютерной техникой с необходимым программным обеспечением, в том числе для записи, компоновки, ускорения и замедления произведений, проектор, экран, телевизор, DVD-проигрыватель, компакт-диски с видеозаписями соревнований и другого учебного материала, цифровая видеокамера, фотоаппарат. Для самостоятельной работы обучающихся аудитория оснащена компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет», с установленным программным обеспечением: Power Point, Statgraphics и обеспечена доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.