

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ В
СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО УГСН
49.00.00 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Примерная основная образовательная программа

Направление подготовки 49.03.04 Спорт

Уровень профессионального образования – бакалавриат

Зарегистрировано в государственном реестре примерных основных образовательных программ под номером _____

2019 год

Содержание

Раздел 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	4
1.1. Назначение примерной основной образовательной программы	4
1.2. Нормативные документы	4
1.3. Перечень сокращений	5
Раздел 2. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ	7
2.1. Общее описание профессиональной деятельности выпускников	7
2.2. Перечень профессиональных стандартов, соотнесенных с ФГОС ВО	8
2.3. Перечень основных задач профессиональной деятельности выпускников	8
Раздел 3. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ, РЕАЛИЗУЕМЫХ В РАМКАХ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ 49.03.04 СПОРТ	9
3.1. Профили образовательных программ в рамках направления подготовки	9
3.2. Квалификация, присваиваемая выпускникам образовательных программ	9
3.3. Объем программы	9
3.4. Формы обучения	9
3.5. Срок получения образования	9
Раздел 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	10
4.1. Требования к планируемым результатам освоения образовательной программы, обеспечиваемым дисциплинами (модулями) и практиками обязательной части	10
4.1.1. Универсальные компетенции выпускников и индикаторы их достижения	10
4.1.2. Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения	13
4.1.3. Обязательные профессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения	19
4.2. Требования к планируемым результатам освоения образовательной программы, обеспечиваемым дисциплинами (модулями) и практиками части, формируемой участниками образовательных отношений	22
4.2.1. Рекомендуемые профессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения	22

Раздел 5. ПРИМЕРНАЯ СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОПОП	24
5.1. Рекомендуемый объем обязательной части образовательной программы	24
5.2. Рекомендуемые типы практик	24
5.3. Примерный учебный план и примерный календарный учебный график	25
5.4. Примерные аннотации дисциплин (модулей) и практик	31
5.5 Рекомендации по разработке фондов оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплинам (модулям) и практикам	113
5.6. Рекомендации по разработке программы государственной итоговой аттестации	114
 Раздел 6. ПРИМЕРНЫЕ УСЛОВИЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОПОП	 116
 Раздел 7. СПИСОК РАЗРАБОТЧИКОВ ПООП	 123
 Приложение 1. Перечень профессиональных стандартов, соотнесенных с федеральным государственным образовательным стандартом по направлению подготовки 49.03.04 Спорт	 124
Приложение 2. Перечень обобщённых трудовых функций и трудовых функций, имеющих отношение к профессиональной деятельности выпускника образовательных программ высшего образования – бакалавриата по направлению подготовки 49.03.04 Спорт	125
Приложение 3. Примерная рабочая программа дисциплины «Б.О.32 Теория и методика лыжных гонок»	131
Приложение 4. Примерная рабочая программа дисциплины «Б1.В.01 Профессионально-спортивное совершенствование»	189

Раздел 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Назначение примерной основной образовательной программы

Примерная основная образовательная программа (далее – ПООП) по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (уровень бакалавриат) профиль «Спортивная подготовка по виду спорта «лыжные гонки», тренерско-преподавательская деятельность в образовании» является комплексным методическим документом, рекомендованным организациям, осуществляющим образовательную деятельность, по соответствующему направлению подготовки, уровню профессионального образования и профилю, для разработки и реализации основных профессиональных образовательных программ на основе соответствующего ФГОС ВО и с учетом профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускников. Согласно действующим нормативно-правовым документам ПООП, разработанная по заданию Федерального учебно-методического объединения по укрупненной группе специальностей и направлений подготовки высшего образования (далее – ФУМО по УГСН 49.00.00 Физическая культура и спорт), прошедшая в установленном порядке экспертизу и одобренная ФУМО по УГСН 49.00.00 Физическая культура и спорт, размещается в Реестре ПООП, являющимся государственным информационным ресурсом. Согласно законодательной норме такая ПООП должна быть учтена при разработке образовательных программ организациями, реализующими ПООП на основе ФГОС ВО.

1.2. Нормативные документы

- Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Минобрнауки России от 28.05.2014 года № 594 «Об утверждении Порядка разработки примерных основных образовательных программ, проведения их экспертизы и ведения реестра примерных основных образовательных программ»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденный приказом Минобрнауки России от 25.09.2019 № 886 (далее – ФГОС ВО);
- приказ Минобрнауки России от 05.04.2017 года № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» (далее – Порядок организации образовательной деятельности);
- приказ Минобрнауки России от 29.06.2015 года № 636 «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры»;
- приказ Минобрнауки России от 27.11.2015 года № 1383 «Об утверждении Положения о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы высшего образования»;
- приказ Минобрнауки России от 15.12.2017 года № 1225 «О внесении изменений в Положение о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы высшего образования, утвержденное приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 ноября 2015 г. № 1383».

1.3. Перечень сокращений

- ЕКС – единый квалификационный справочник;
- з.е. – зачетная единица;
- ОПОП – основная профессиональная образовательная программа;
- ОТФ – обобщенная трудовая функция;
- ОПК – общепрофессиональные компетенции;

- Организация – организация, осуществляющая образовательную деятельность по образовательной программе бакалавриата направления подготовки 49.03.04 Спорт;

- ПК – профессиональные компетенции;
- ПКО – обязательные профессиональные компетенции;
- ПООП – примерная основная образовательная программа;
- ПС – профессиональный стандарт;
- УГСН – укрупненная группа направлений и специальностей;
- УК – универсальные компетенции;
- ФЗ – Федеральный закон;
- ФГОС ВО – федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования;
- ФУМО – федеральное учебно-методическое объединение.

Раздел 2. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКОВ

2.1. Общее описание профессиональной деятельности выпускников

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие образовательную программу бакалавриата, могут осуществлять профессиональную деятельность:

- 01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования; в сфере дополнительного образования в области физической культуры и спорта; в сфере научных исследований в области физической культуры и спорта);
- 05 Физическая культура и спорт (в сфере спортивной подготовки, подготовки спортивных сборных команд).

Типы задач профессиональной деятельности выпускников:

- тренерский;
- педагогический;
- организационно-методический;
- научно-исследовательский.

Перечень основных объектов (или областей знания) профессиональной деятельности выпускников:

- Подготовка спортсменов;
- Педагогическая деятельность;
- Проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;
- Организационно-методическая деятельность в области физической культуры и спорта;
- Проведение научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта.

2.2. Перечень профессиональных стандартов, соотнесенных с ФГОС ВО

Перечень профессиональных стандартов, соотнесенных с федеральным государственным образовательным стандартом по направлению подготовки, приведен в Приложении 1.

Перечень обобщённых трудовых функций и трудовых функций, имеющих отношение к профессиональной деятельности выпускника образовательной программы бакалавриата по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, представлен в Приложении 2.

2.3. Перечень основных задач профессиональной деятельности выпускников

Область профессиональной деятельности (по реестру Минтруда)	Тип задачи профессиональной деятельности	Задачи профессиональной деятельности	Объекты профессиональной деятельности
01 Образование и наука	Педагогический	Разработка и реализация образовательных программ	Педагогическая деятельность Проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы
05 Физическая культура и спорт	Тренерский	Разработка и реализация программ спортивной подготовки	Подготовка спортсменов
01 Образование и наука 05 Физическая культура и спорт	Организационно-методический	Разработка и реализация мероприятий по организационно-методическому обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы	Организационно-методическая деятельность в области физической культуры и спорта
01 Образование и наука 05 Физическая культура и спорт	Научно-исследовательский	Планирование выполнения научно-исследовательских работ с целью определения методик повышения эффективности деятельности в физической культуре и спорте	Проведение научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта

Раздел 3. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ, РЕАЛИЗУЕМЫХ В РАМКАХ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ 49.03.04 СПОРТ

3.1. Профили образовательных программ в рамках направления подготовки

При разработке программы бакалавриата Организация устанавливает профиль образовательной программы бакалавриата «Спортивная подготовка по виду спорта «лыжные гонки», тренерско-преподавательская деятельность в образовании», который конкретизирует содержание образовательной программы бакалавриата в рамках направления подготовки путем ориентации ее на области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности выпускников по видам спорта; типы задач и задачи профессиональной деятельности выпускников; на объекты профессиональной деятельности выпускников.

3.2. Квалификация, присваиваемая выпускникам образовательных программ:

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

3.3. Объем программы 240 зачетных единиц (далее – з.е.).

3.4. Формы обучения: Очная, Очно-заочная, Заочная

3.5. Срок получения образования по образовательной программе бакалавриата (вне зависимости от применяемых образовательных технологий):

- в очной форме обучения, включая каникулы, предоставляемые после прохождения государственной итоговой аттестации, составляет 4 года
- в очно-заочной и заочной формах обучения увеличивается не менее чем на 6 месяцев и не более чем на 1 год по сравнению со сроком получения образования в очной форме обучения;
- при обучении по индивидуальному учебному плану инвалидов и лиц с ОВЗ может быть увеличен по их заявлению не более чем на 1 год по сравнению со сроком получения образования, установленным для соответствующей формы обучения.

Раздел 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

4.1. Требования к планируемым результатам освоения образовательной программы, обеспечиваемым дисциплинами (модулями) и практиками обязательной части

4.1.1. Универсальные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции выпускника
Системное и критическое мышление	УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. Знает основы системного подхода; последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач УК-1.2. Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности УК-1.3. Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений
Разработка и реализация проектов	УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1. Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения УК-2.2. Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений УК-2.3. Владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
Командная работа и лидерство	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1. Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия УК-3.2. Умеет устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе УК-3.3. Владеет навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности

Коммуникация	УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	УК-4.1. Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации УК-4.2. Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) УК-4.3. Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)
Межкультурное взаимодействие	УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	УК-5.1. Знает основные категории философии, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации. УК-5.2. Умеет взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции УК-5.3. Владеет навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Знает принципы образования, основные приемы эффективного управления собственным временем УК-6.2. Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать знание о своих ресурсах и их пределах для саморазвития; способен к анализу собственной деятельности УК-6.3. Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровье-сбережение)	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни УК-7.2 Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности УК-7.3 Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Безопасность жизнедеятельности	УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества УК-8.2. Умеет обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций УК-8.3. Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности
Инклюзивная компетентность	УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК-9.1 Знает понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах УК-9.2 Умеет планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами УК 9.3. Владеет навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами
Экономическая, в том числе финансовая грамотность	УК-10 Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	УК-10.1 Знает основные документы, регламентирующие экономическую деятельность; источники финансирования профессиональной деятельности; принципы планирования экономической деятельности УК-10.2 Умеет обосновывать принятие экономических решений, использовать методы экономического планирования для достижения поставленных целей. УК-10.3. Владеет навыками применения экономических инструментов
Гражданская позиция	УК-11 Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	УК-11.1 Знает действующие правовые нормы, обеспечивающие борьбу с коррупцией в различных областях жизнедеятельности; способы профилактики коррупции и формирования нетерпимого отношения к ней УК-11.2 Умеет планировать, организовывать и проводить мероприятия, обеспечивающие формирование гражданской позиции и предотвращение коррупции в социуме УК-11.3 Владеет навыками взаимодействия в обществе на основе нетерпимого отношения к коррупции

4.1.2. Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Наименование категории общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции выпускника
Планирование	ОПК-1 Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов	ОПК-1.1.Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки ОПК-1.2.Умеет планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки ОПК-1.3.Владет технологиями планирования тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки
Спортивный отбор	ОПК-2 Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду	ОПК-2.1.Знает методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду ОПК-2.2.Умеет выбирать и использовать методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду ОПК-2.3. Владет технологиями проведения спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
Физическая и техническая подготовка	ОПК-3 Способен проводить тренировочные занятия на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	ОПК-3.1.Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий ОПК-3.2.Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений ОПК-3.3.Владет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности

	ОПК-4 Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта	ОПК-4.1. Знает средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов ОПК-4.2. Умеет подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта ОПК-4.3. Владеет методикой развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
	ОПК-5 Способен обучать технике выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения и совершенствовать ее	ОПК-5.1. Знает технику выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения, а также методику обучения ОПК-5.2. Умеет подбирать и использовать средства и методы обучения и совершенствования техники выполнения упражнений ОПК-5.3. Владеет методикой обучения и совершенствования техники выполнения специальных и соревновательных упражнений
	ОПК-6 Способен организовывать и проводить тренировочные занятия различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации	ОПК-6.1. Знает особенности проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта ОПК-6.2. Умеет составлять программы тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации ОПК-6.3. Владеет методикой организации и проведения тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации
	ОПК-7 Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе подготовки спортсменов	ОПК-7.1. Знает принципы и методы индивидуализации подготовки спортсменов ОПК-7.2. Умеет выбирать методы индивидуализации, осуществлять процесс подготовки в избранном виде спорта с учетом индивидуальных особенностей спортсменов ОПК-7.3. Владеет методикой реализации индивидуального подхода в процессе подготовки спортсменов

Руководство соревновательной деятельностью	ОПК–8 Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психолого-методическое сопровождение соревновательной деятельности в избранном виде спорта	ОПК-8.1. Знает содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта ОПК-8.2. Умеет определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта ОПК-8.3. Владеет технологией информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
	ОПК-9 Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки спортсменов	ОПК-9.1. Знает особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы ОПК-9.2. Умеет анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки в избранном виде спорта ОПК-9.3. Владеет методами анализа соревновательной деятельности для корректировки процесса подготовки в избранном виде спорта
Воспитание	ОПК-10 Способен воспитывать у спортсменов социально-значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения	ОПК-10.1. Знает основы общей педагогики и психологии, факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся ОПК-10.2. Умеет решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту; проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения ОПК-10.3. Владеет методикой воспитания у спортсменов социально-значимых личностных качеств, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, а также профилактики негативного социального поведения в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта
	ОПК-11 Способен формировать осознанное отношение спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни	ОПК-11.1. Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни ОПК-11.2. Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни ОПК-11.3. Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни

Обеспечение безопасности	ОПК-12 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную медицинскую помощь	ОПК-12.1. Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи ОПК-12.2. Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь ОПК-12.3. Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по избранному виду спорта
Профилактика допинга	ОПК-13 Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	ОПК-13.1. Знает нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий ОПК-13.2. Умеет планировать и проводить антидопинговые мероприятия ОПК-13.3. Владеет методиками проведения работы по предотвращению применения допинга
Контроль и анализ	ОПК-14 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния спортсменов	ОПК-14.1. Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов ОПК-14.2. Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов, интерпретировать результаты контроля ОПК-14.3. Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов
	ОПК-15 Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта	ОПК-15.1. 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 ОПК-15.2. Умеет разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта ОПК-15.3. Владеет методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта

Профессиональное взаимодействие	ОПК-16 Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в процессе спортивной подготовки	ОПК-16.1. Знает функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности ОПК-16.2. Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации в процессе спортивной подготовки ОПК-16.3. Владеет навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки
Научные исследования	ОПК-17 Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки	ОПК-17.1. Знает основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования ОПК-17.2. Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки ОПК-17.3. Владеет методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
Правовые основы профессиональной деятельности	ОПК-18 Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики	ОПК-18.1. Знает нормативные правовые акты в сфере физической культуры и спорта, нормы профессиональной этики ОПК-18.2. Умеет ориентироваться в нормативных правовых актах в сфере физической культуры и спорта, принимать решения и совершать действия в соответствии с законами и нормами профессиональной этики ОПК-18.3. Имеет опыт применения правовых норм и норм профессиональной этики в профессиональной деятельности
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-19 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-19.1. Знает регламент, правила соревнований по избранному виду спорта, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения ОПК-19.2. Умеет планировать и организовывать соревнования по избранному виду спорта и осуществлять их судейство ОПК-19.3. Владеет методикой организации и судейства соревнований по избранному виду спорта
	ОПК-20 Способен осуществлять методическое сопровождение подготовки спортсменов	ОПК-20.1. Знает содержание методического сопровождения подготовки спортсменов, принципы и порядок разработки программной документации ОПК-20.2. Умеет разрабатывать документы методического сопровождения подготовки спортсменов ОПК-20.3. Имеет опыт методического обеспечения спортивной подготовки

Материально-техническое обеспечение	ОПК-21 Способен проводить материально-техническое оснащение тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта	ОПК-21.1. Знает требования к материально-техническому оснащению тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта ОПК-21.2. Умеет выбирать средства материально-технического оснащения тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта и использовать их для решения поставленных задач ОПК-21.3. Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта
-------------------------------------	--	--

4.1.3. Обязательные профессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Задача ПД	Объект или область знания	Категория профессиональных компетенций	Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Основание (ПС, анализ опыта)
Тип задач профессиональной деятельности - педагогический					
Разработка и реализация образовательных программ	Педагогическая деятельность Проведение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы	Разработка и реализация образовательных программ в области физической культуры и спорта	ПКО-1 Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта	Знает: ПКО-1.1. Знает требования нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта, нормативные документы по вопросам обучения, воспитания и развития детей и молодежи, законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство; ПКО-1.2. Знает теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы; ПКО-1.3. Знает технологии разработки и реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта; ПКО-1.4. Знает современные концепции досуговой деятельности, ее основные формы и технологии;	Профессиональный стандарт 01.001 "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)", Профессиональный стандарт 01.003 "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", Профессиональный стандарт 01.004 «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного

				ПКО-1.5. Знает современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды; ПКО-1.6. Знает способы и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся; ПКО-1.7. Знает средства и методы педагогического мониторинга; ПКО-1.8. Знает этические, технологические, организационно и программно – методические основы педагогической деятельности в образовательных организациях. Умеет: ПКО-1.9. Умеет осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта; ПКО-1.10. Умеет определять методы, формы и средства разработки образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся; ПКО-1.11. Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности;	профессионального образования», анализ опыта
--	--	--	--	--	---

				ПКО-1.12. Умеет организовывать деятельность обучающихся в процессе реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта; ПКО-1.13. Умеет обеспечивать взаимодействие с родителями (законными представителями) обучающихся; ПКО-1.14. Умеет осуществлять педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта; ПКО-1.15. Умеет организовывать и проводить массовые досуговые мероприятия. Владеет (имеет опыт): ПКО-1.16. Владеет навыками разработки образовательных программ в области физической культуры и спорта ПКО-1.17. Имеет опыт проведения занятий по физической культуре и спорту, спортивных и физкультурных мероприятий в области образования	
--	--	--	--	---	--

4.2. Требования к планируемым результатам освоения образовательной программы, обеспечиваемым дисциплинами (модулями) и практиками части, формируемой участниками образовательных отношений

4.2.1. Рекомендуемые профессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Задача ПД	Объект или область знания	Категория профессиональных компетенций	Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Основание (ПС, анализ опыта)
Тип задач профессиональной деятельности - тренерский					
Разработка и реализация программ спортивной подготовки	Подготовка спортсменов	Профессиональное совершенствование	ПК-2 Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство	Знает: ПК-2.1. Знает основы самоконтроля и самооценки уровня подготовленности в избранном виде спорта; ПК-2.2. Знает правила эксплуатации современных контрольно-измерительных приборов, спортивного инвентаря и оборудования; Умеет: ПК-2.3. Умеет самостоятельно оценивать свой уровень подготовленности в избранном виде спорта; ПК-2.4. Умеет пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием; ПК-2.5. Умеет совершенствовать свою интегральную подготовленность; ПК-2.6. Умеет использовать методы планирования и организации своей спортивной подготовки. Владеет (имеет опыт): ПК-2.7. Имеет опыт самоконтроля и анализа своей подготовленности в избранном виде	Профессиональный стандарт 05.003 "Тренер", анализ опыта

				спорта; ПК-2.8. Имеет опыт планирования и реализации самостоятельной деятельности по совершенствованию собственного спортивного мастерства.	
--	--	--	--	--	--

Раздел 5. ПРИМЕРНАЯ СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОПОП

5.1. Рекомендуемый объем обязательной части образовательной программы

Объём программы 240 зачетных единиц

5.2. Рекомендуемые типы практики

В Блок 2 «Практика» входят учебная и производственная практики (далее вместе – практики)

Типы учебной практики:

тренинговая практика

педагогическая практика

Типы производственной практики:

тренинговая практика

педагогическая практика

преддипломная практика

Организация вправе установить дополнительный тип (типы) учебной и (или) производственной практик.

5.3. Примерный учебный план и примерный календарный учебный график

Индекс	Наименование	Форма контроля				Курс 1		Курс 2		Курс 3		Курс 4		Компетенции
						Сем. 1	Сем. 2	Сем. 3	Сем. 4	Сем. 5	Сем. 6	Сем. 7	Сем. 8	
		Экзамен	Зачет	Зачет с оц.	КР	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	з.е.	
Блок 1.Дисциплины (модули)														
Обязательная часть														
Б1.О.01	Философия	3						3						УК-5
Б1.О.02	История (история России, всеобщая история)	2					3							УК-5
Б1.О.03	Иностранный язык	2					3							УК-4
Б1.О.04	Педагогика		1			2								УК-3; УК-6; ОПК-10; ПК-1
Б1.О.05	Психология		2				2							УК-3; УК-6; ОПК-10
Б1.О.06	Речевое общение в профессиональной деятельности		1			2								УК-4; ОПК-16
Б1.О.07	Безопасность жизнедеятельности		2				3							УК-8
Б1.О.08	Физическая культура и спорт		1			2								УК-7
Б1.О.09	Анатомия человека	2	1			3	3							ОПК-1
Б1.О.10	Биомеханика двигательной деятельности	3						3						ОПК-9; ОПК-14
Б1.О.11	Физиология человека	3						4						ОПК-1
Б1.О.12	Спортивная физиология	4							3					ОПК-1; ОПК-4; ОПК-14
Б1.О.13	Биохимия человека			4					3					ОПК-1
Б1.О.14	Спортивная биоэнергетика		5							2				ОПК-1; ОПК-14
Б1.О.15	Основы медицинских знаний и спортивная медицина	7										4		ОПК-12
Б1.О.16	Массаж			7								3		ОПК-12
Б1.О.17	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	6									3			ОПК-11 ; ОПК-12
Б1.О.18	Педагогика физической культуры и спорта	3						3						ОПК-10; ОПК-11 ; ОПК-16; ПК-1
Б1.О.19	Психология физической культуры и спорта	4							3					ОПК-1; ОПК-8; ОПК-14
Б1.О.20	Методика преподавания предмета "физическая культура"	4						2	4					ПК-1

	в образовательных организациях													
Б1.О.21	Методика реализации программ дополнительного образования в области физической культуры и спорта	4						2	4					ПК-1
Б1.О.22	История физической культуры и спорта	1				3								УК-5
Б1.О.23	Теория и методика физической культуры	4						3	3					ОПК-1; ОПК-11 ; ПК-1
Б1.О.24	Теория спорта	5								4				ОПК-1; ОПК-2; ОПК-4; ОПК-7; ОПК-9; ОПК-20
Б1.О.25	Теория и методика детско-юношеского спорта			6						2	1			ОПК-1; ОПК-2; ОПК-4; ОПК-7; ОПК-9
Б1.О.26	Менеджмент и экономика физической культуры и спорта	6									3			УК-2; УК-10; ОПК-16; ОПК-21
Б1.О.27	Правовые основы профессиональной деятельности		6								3			УК-2; УК-11; ОПК-18
Б1.О.28	Информационные технологии в физической культуре и спорте		2				3							УК-1; ОПК-8
Б1.О.29	Научно-методическая деятельность		6								3			УК-1; ОПК-14; ОПК-17
Б1.О.30	Основы антидопингового обеспечения		8										2	ОПК-13
Б1.О.31	Спортивная метрология		8										2	ОПК-14
Б1.О.32	Теория и методика лыжных гонок	2468	1357		6	6	7	3	4	6	7	6	7	ОПК-1; ОПК-2; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ОПК-12; ОПК – 14; ОПК-15; ОПК-17; ОПК-19; ОПК-20; ОПК-21
Б1.О.33	Теория и методика обучения базовым видам спорта (дисциплины модуля могут быть заменены в соответствии с региональными особенностями, материально-техническим обеспечением организации, осуществляющей образовательную деятельность)		11122 4455	246		6	7		8	4	2			ОПК-3; ПК-1

Б1.О.33.01	Гимнастика		1	2		2	2							ОПК-3; ПК-1
Б1.О.33.02	Легкая атлетика		5	6						2	2			ОПК-3; ПК-1
Б1.О.33.03	Плавание			4					4					ОПК-3; ПК-1
Б1.О.33.04	Спортивные и подвижные игры		1245			2	2		2	2				ОПК-3; ПК-1
Б1.О.33.05	Лыжный спорт		2				3							ОПК-3; ПК-1
Б1.О.33.06	Самооборона (самбо)		4						2					ОПК-3; ПК-1
Б1.О.33.07	Тяжелоатлетические виды спорта		1			2								ОПК-3; ПК-1
Б1.О.34	Адаптивная физическая культура		5							2				УК-9
Часть, формируемая участниками образовательных отношений														
Б1.В.01	Профессионально-спортивное совершенствование	7	123456			2	3	2	3	3	4	4		ПК-2
Б1.В.ДВ.01	Дисциплины (модули) по выбору 1 (ДВ.1)		6								2			ПК-2
Б1.В.ДВ.01.01	Дисциплина ДВ.1.1		6								2			ПК-2
Б1.В.ДВ.01.02	Дисциплина ДВ.1.2		6								2			ПК-2
Б1.В.ДВ.02	Дисциплины (модули) по выбору 2 (ДВ.2)		7									2		ПК-2
Б1.В.ДВ.02.01	Дисциплина ДВ.2.1		7									2		ПК-2
Б1.В.ДВ.02.02	Дисциплина ДВ.2.2		7									2		ПК-2
Элективные дисциплины по физической культуре и спорту			123456			54	54	54	54	54	58			УК-7
Блок 2.Практика														
Обязательная часть														
Б2.О.01(У)	Педагогическая практика		5							3				УК-3; ПК-1
Б2.О.02(У)	Тренерская практика		7									9		ОПК-1; ОПК-2; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-10; ОПК-12; ОПК-14; ОПК-15; ОПК-16; ОПК-18; ОПК-19; ОПК-20; ОПК-21
Б2.О.03(П)	Педагогическая практика		6								6			УК-3; ОПК-3; ОПК-11; ОПК-18; ПК-1
Б2.О.04(П)	Тренерская практика		8										9	ОПК-1; ОПК-2; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9;

														ОПК-11; ОПК-12; ОПК-14; ОПК-15; ОПК-16; ОПК-18; ОПК-19; ОПК-20; ОПК-21
Б2.О.05(Пд)	Преддипломная практика		8										3	УК-1; УК-2; УК-4; ОПК-17
Блок 3. Государственная итоговая аттестация														
Б3.01(Г)	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	8											3	УК-3; УК-5; УК-6; УК-7; УК-8; УК-9; УК-10; УК-11; ОПК-1; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ОПК-10; ОПК-11 ; ОПК-12; ОПК-13; ОПК-16; ОПК-18; ОПК-19; ОПК-20; ОПК-21; ПК-1
Б3.02(Д)	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	8											6	УК-1; УК-2; УК-4; ОПК-14; ОПК-15; ОПК-17
ФТД. Факультативные дисциплины														
ФТД.01	Использование электронной информационно-образовательной среды организации, осуществляющей образовательную деятельность		1			1								УК-2
ФТД.02	Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья		1			2								УК-9

Сводные данные и условные обозначения

		Курс 1			Курс 2			Курс 3			Курс 4			Итого
		сем. 1	сем. 2	Всего	сем. 3	сем. 4	Всего	сем. 5	сем. 6	Всего	сем. 7	сем. 8	Всего	
	Теоретическое обучение	17 2/6	21 5/6	39 1/6	17 2/6	21 1/6	38 3/6	15 2/6	18 1/6	33 3/6	11 2/6	7 1/6	18 3/6	129 4/6
Э	Экзаменационные сессии	2/6	1 2/6	1 4/6	1 2/6	2	3 2/6	2/6	1	1 2/6	1 2/6	1	2 2/6	8 4/6
У	Учебная практика							2		2	6		6	8
П	Производственная практика								4	4		6	6	10
Пд	Преддипломная практика											2	2	2
Д	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы											4	4	4
Г	Подготовка к сдаче и сдача гос. экзамена											2	2	2
К	Каникулы	2	7	9	1	7	8	2	7	9	1	8	9	35
*	Нерабочие праздничные дни (не включая воскресенья)	1 2/6□ (8 дн)	5 5/6□ (5 дн)	2 1/6□ (13)	1 2/6□ (8 дн)	5 5/6□ (5 дн)	2 1/6□ (13)	1 2/6□ (8 дн)	5 5/6□ (5 дн)	2 1/6□ (13)	1 2/6□ (8 дн)	5 5/6□ (5 дн)	2 1/6□ (13)	8 4/6□ (52)
Продолжительность обучения □ (не включая нерабочие праздничные дни и каникулы)		более 39 нед			более 39 нед			более 39 нед			более 39 нед			
Итого		21	31	52	21	31	52	21	31	52	21	31	52	208

5.4. Примерные аннотации дисциплин (модулей) и практик

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) «Б1.О.01 Философия»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.**

2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** приобретение и овладение обучающимися знаний о философии, как отрасли гуманитарного знания в системе современных научных представлений о жизнедеятельности человека и общества, формирование навыков саморефлексии и активной жизненной и гражданской позиции.

Дисциплина «Философия» реализуется на русском языке.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-5.	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах
УК-5.1.	Знает основные категории философии, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации
УК-5.2.	Умеет взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции
УК-5.3.	Владеет навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах

4. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Философия как форма духовного освоения мира
2.	История философии: античная философия
3.	Философия средневековья, эпохи Возрождения, Нового времени
4.	Философия Просвещения, немецкая и русская философия XIX-XX веков
5.	Диалектика как философское учение
6.	Философия общества, человек и его бытие в мире

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.02 История (история России, всеобщая история)»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): сформировать у обучающихся целостные представления об основных этапах и содержании всемирной истории и истории России с древнейших времен до наших дней. Показать на примерах из различных эпох органическую взаимосвязь российской и мировой истории. В этом контексте проанализировать общее и особенное в российской истории, что позволит определить место российской цивилизации во всемирно-историческом процессе.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-5.	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах
УК-5.1.	Знает основные категории философии, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации
УК-5.2.	Умеет взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции
УК-5.3.	Владеет навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	История как наука. Древнейшая и древняя история. Древневосточные цивилизации.
2.	Античная цивилизация
3.	Европа в эпоху средневековья. Византийская цивилизация.
4.	Становление древнерусской цивилизации. Московское княжество в XIV – начале XVI вв.
5.	Московское царство в XVI –XVII веках. Россия в XVIII веке: традиции и модернизация.
6.	Западная Европа на пороге Нового времени: Возрождение и реформация. Новое время в истории стран Запада.
7.	Индустриальная цивилизация XIX века в странах Западной Европы и в России.
8.	Россия и страны мира на рубеже XIX – XX вв.: эпоха войн и революций.
9.	Страны Запада в XX веке: переход к постиндустриальной цивилизации. Советская цивилизация: становление, развитие и крах (1917-1991).
10.	Россия и страны Запада на рубеже XX – XXI вв.: тенденции развития и проблемы глобализации.

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.03 Иностранный язык»**

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью и языком специальности для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК 4	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)
УК-4.1.	Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации
УК-4.2.	Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)
УК-4.3.	Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Наш университет
2.	Спорт в России
3.	Спорт в Великобритании
4.	Олимпийские игры
5.	Здоровый образ жизни
6.	Массовый спорт
7.	Спорт и личность

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.04 Педагогика»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

2. Целями освоения дисциплины (модуля) являются: формирование базовых знаний по планированию, организации и реализации процессов обучения и воспитания в спортивной деятельности; по осуществлению образовательного процесса по предмету «Физическая культура» в различных образовательных учреждениях; по правилам социального взаимодействия в профессиональной деятельности;

формирование способности к организации эффективных процессов личностного роста, саморазвития, профессионального самосовершенствования.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
УК-3.1	Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия
УК-3.2	Умеет устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
УК-6.1	Знает принципы образования, основные приемы эффективного управления собственным временем
УК-6.2	Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать знание о своих ресурсах и их пределах для саморазвития; способен к анализу собственной деятельности
УК-6.3	Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни
ОПК-10	Способен воспитывать у спортсменов социально-значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения
ОПК-10.1	Знает основы общей педагогики и психологии, факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.1	Знает требования нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта, нормативные документы по вопросам обучения, воспитания и развития детей и молодежи, законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство
ПКО-1.2	Знает теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-

	воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы
ПКО-1.4	Знает современные концепции досуговой деятельности, ее основные формы и технологии
ПКО-1.6	Знает способы и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся
ПКО-1.7	Знает средства и методы педагогического мониторинга
ПКО-1.8	Знает этические, технологические, организационно и программно-методические основы педагогической деятельности в образовательных организациях

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Разделы дисциплины (модуля)
1.	Общие основы педагогики
2.	Дидактика и теория воспитания
3.	Педагогическая компетентность, личностное саморазвитие и профессиональное самосовершенствование тренера
4.	Основы управления педагогическим процессом и образовательными системами

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.05 Психология»**

1. **Общая трудоемкость дисциплины «Психология» составляет 2 зачетные единицы.**

2. **Целью освоения дисциплины «Психология» является формирование у студентов представлений об основных понятиях и категориях психологической науки, ее ключевых проблемах, принципах и методах, механизмах и закономерностях функционирования психики.**

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Психология»**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
УК-3.1	Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия
УК-3.2	Умеет устанавливать и поддерживать взаимодействие, обеспечивающее успешную работу в коллективе
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
УК-6.1	Знает принципы образования, основные приемы эффективного управления собственным временем
УК-6.2	Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать знание о своих ресурсах и их пределах для саморазвития; способен к анализу собственной деятельности
УК-6.3	Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни
ОПК-10	Способен воспитывать у спортсменов социально-значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения
ОПК-10.1	Знает основы общей педагогики и психологии, факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся

4. **Краткое содержание**

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1. Психология как наука
2.	Раздел 2. Психологическая теория деятельности
3.	Раздел 3. Регулятивная сторона психики

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.06 Речевое общение в профессиональной деятельности»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет _2_ зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): сформировать коммуникативную компетенцию; повысить уровень владения языком, выработать систему умений и навыков, необходимых для практического владения эффективной и культурной речью, помочь студентам в овладении культурой речи как важнейшим средством обучения, воспитания, развития, средством общения и передачи информации, важнейшим инструментом будущей профессиональной деятельности.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-4	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)
УК-4.1.	Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации
УК-4.2.	Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)
УК-4.3.	Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)
ОПК-16	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в процессе спортивной подготовки
ОПК-16.2.	Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации в процессе спортивной подготовки

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Язык. Речь. Общение
2.	Нормы современного русского литературного языка
3.	Основы ораторского мастерства
4.	Культура делового общения
5.	Коммуникативно-речевой портрет делового человека

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.07 Безопасность жизнедеятельности»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цели освоения дисциплины (модуля):

- формирование у студентов мировоззрения о неразрывном единстве профессиональной деятельности, безопасности и защищенности человека, что гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека;

- формирование у студентов системы знаний и представлений о современных методах и средствах обеспечения безопасности производственной деятельности человека и охраны окружающей среды;

- формирование навыков самостоятельной работы, необходимых для использования знаний в области безопасности жизнедеятельности при изучении специальных дисциплин и дальнейшей практической деятельности.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
УК-8.1	Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества
УК-8.2	Умеет обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
УК-8.3	Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности».
2.	Защита населения в чрезвычайных ситуациях
3.	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека
4.	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.
5.	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы

	ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия.
6.	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии.
7.	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргометрические основы безопасности.

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.08 Физическая культура и спорт»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование физической культуры личности и способности самостоятельного поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.1	УК-7.1 Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни
УК-7.2	УК-7.2 Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности
УК-7.3	УК-7.3 Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Физическая культура личности. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
2.	Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.
3.	Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Физическая культура в профессиональной деятельности.
4.	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.
5.	Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом.
6.	Требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и подготовка к сдаче норм.

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.09 Анатомия человека»**

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): создать у студентов целостное представление о строении и функционировании организма и его адаптации к различным средовым факторам.

Медико-биологическая грамотность в сфере физической культуры и спорта обеспечивает специалистов возможностью: совершенствовать процессы двигательных умений и развития физических качеств, избегая предпатологических и патологических изменений в организме человека; оценивать и прогнозировать функциональное состояние человека; определять и затем избегать недостатки в выполнении технически сложных физических упражнений с учетом возраста, пола и физического развития организма, а также возможных отклонений в состоянии здоровья, занимающегося.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1.	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
Часть I. Человек как часть живой природы	
Раздел 1. Биологические закономерности организации живой природы	
1.1	Уровни организации живой материи. Разнообразие форм живой природы
1.2	Клеточный уровень организации живой материи
1.3	Тканевый уровень организации живой материи
Раздел 2. Биология развития	
2.1	Размножение организмов и эмбриональное развитие
2.2	Эмбриогенез человека
Часть II. Общетеоретические основы функциональной анатомии	
Раздел 3. Анатомо-физиологические особенности аппарата движения человека	
3.1	Введение в функциональную анатомию
3.2	Скелет человека. Его строение и функции
3.3	Кости черепа
3.4	Кости позвоночного столба и грудной клетки
3.5	Кости верхней конечности

3.6	Кости нижней конечности
3.7	Соединения костей. Классификация соединений. Классификация суставов
3.8	Соединения черепа
3.9	Соединения позвоночного столба и грудной клетки
3.10	Строение и функции суставов верхней конечности человека
3.11	Соединения костей нижней конечности человека
3.12	Анатомические и физиологические особенности мышечной ткани
3.13	Физиология нервно-мышечного аппарата
3.14	Мышцы шеи и головы
3.15	Мышцы туловища
3.16	Функции мышц верхней конечности
3.17	Функции мышц нижней конечности
3.18	Морфокинезиологический анализ работы конечностей
Раздел 4. Динамическая анатомия	
4.1	Динамическая анатомия положений и движений тела человека
4.2	Динамическая анатомия циклических и ациклических движений тела
4.3	Динамическая анатомия вращательных движений тела
4.4	Смещаемость внутренних органов человека при изменении положений тела в пространстве
4.5	Анатомический анализ положений и движений тела человека.
Раздел 5. Анатомо-физиологические особенности обеспечения двигательной деятельности человека	
5.1	Внутренние органы
5.2	Пищеварительная система
5.3	Дыхательная система
5.4	Мочевые органы
5.5	Половые органы
5.6	Сердечно-сосудистая система
5.7	Строение сердца и его работа
5.8	Сосуды большого круга кровообращения
5.9	Лимфатическая система и органы иммуногенеза
5.10	Возрастные изменения органов сердечно-сосудистой системы
Раздел 6. Анатомо-физиологический механизм регулирования и управления двигательной деятельностью человека	
6.1	Эндокринная система
6.2	Нервная система
6.2.1	Центральная нервная система (ЦНС)
6.2.2	Проводящие пути центральной нервной системы
6.2.3	Периферическая нервная система
6.2.4	Вегетативная нервная система
6.2.5	Возрастные изменения центральной нервной системы
6.3	Органы чувств – сенсорные системы
6.3.1	Зрительная, слуховая и вестибулярная сенсорные системы
6.3.2	Возрастные изменения органов чувств

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.10 Биомеханика двигательной деятельности»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): Целью освоения дисциплины является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-оздоровительных областях. Ознакомить студентов с биомеханическими основами строения двигательного аппарата человека и физических упражнений как специфического средства оздоровительной физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-9	Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки спортсменов
ОПК-9.2.	Умеет анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки в избранном виде спорта
ОПК-14.	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния спортсменов
ОПК-14.1.	Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов
ОПК-14.2.	Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов, интерпретировать результаты контроля

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1. Общая биомеханика
1.1	Введение. История возникновения и развития. Цель, задачи, предмет и методы ее исследования, как науки, так и учебной дисциплины.
1.2	Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека. Пассивная часть – кинематические пары и цепи, степени свободы, виды костных рычагов.
1.3	Активная часть – биомеханика мышечного сокращения и ее закономерности
2.	Раздел 2. Дифференциальная биомеханика.
2.1	Биомеханика индивидуальных и групповых особенностей развития моторики человека.
3.	Раздел 3. Биомеханика двигательных способностей спортсменов.
3.1	Биомеханические основы гибкости. Факторы, влияющие на гибкость. Биомеханическое обоснование методики тренировки гибкости.
3.2	Биомеханические основы силовых способностей спортсменов. Биомеханика

	природы внешних сил. Факторы, влияющие на силовые способности спортсменов.
3.3	Биомеханические основы скоростных способностей спортсменов. Факторы, влияющие на скоростные способности. Элементарные и сложные формы проявления скоростных способностей спортсменов.
3.4	Биомеханические основы выносливости спортсменов. Биомеханические аспекты локальной и общей выносливости. Методы их определения.
4.	Раздел 4. Биомеханические основы совершенствования спортивно-технического мастерства спортсменов.
4.1	Биомеханические критерии оценки рациональности, эффективности и освоенности двигательных действий спортсменов.
5.	Раздел 5. Биомеханика локомоторных и перемещающих двигательных действий спортсменов
5.1	Биомеханические особенности и основные кинематические механизмы (ОКМ), обеспечивающие рациональное взаимодействие спортсменов с внешней средой.
5.2	Биомеханические закономерности выполнения перемещающих двигательных действий спортсменов и их основные кинематические механизмы

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.11 Физиология человека»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** изучение основных закономерностей деятельности организма человека в покое и при мышечной работе, формирование целостного представления об организме человека как о единой саморегулирующей системе с присущими ему биологическими и психосоциальными потребностями.
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1.	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки

4. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Введение в физиологию. Основные физиологические понятия. Физиология клетки
2.	Физиология нервной системы. Строение и функции нервной системы. Координация деятельности ЦНС. Вегетативная (автономная) нервная система
3.	Физиология высшей нервной деятельности
4.	Сенсорные системы
5.	Строение и функции нервно-мышечного аппарата. Функциональная организация скелетных мышц. Механизм сокращения мышечного волокна. Механизмы регуляции мышечной силы
6.	Физиология крови.
7.	Физиология кровообращения. Сердце и его физиологические свойства. Движение крови по сосудам (гемодинамика).
8.	Физиология дыхания. Внешнее дыхание Обмен газов в легких и их перенос кровью.
9.	Физиология пищеварения. Пищеварение в различных отделах желудочно-кишечного тракта. Процессы всасывания продуктов переваривания пищи.
10.	Функции выделения. Общая характеристика выделительных процессов. Почки и их функции.
11.	Обмен веществ и энергии. Обмен белков. Обмен углеводов. Обмен липидов. Обмен воды и минеральных солей. Обмен энергии.
12.	Эндокринные функции. Общая характеристика эндокринной системы. Функции желез внутренней секреции.

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.12 Спортивная физиология»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** дать студентам знания о закономерностях изменения функций организма и механизмов их регуляции при занятиях спортом, ознакомить с проблемой физиологических резервов организма человека и их мобилизацией в экстремальных условиях с деятельности.
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки
ОПК-4	Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-4.1.	Знает средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов
ОПК-14	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния спортсменов
ОПК-14.1.	Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов
ОПК-14.2.	Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов, интерпретировать результаты контроля

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Введение в спортивную физиологию. Адаптация организма к физическим нагрузкам
2.	Физиологические принципы классификации физических упражнений
3.	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности
4.	Физиологические основы спортивной тренировки
5.	Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств
6.	Работоспособность человека в особых условиях внешней среды
7.	Физиологические особенности мышечной деятельности детей и подростков
8.	Физиологические основы спортивной тренировки женщин
9.	Физиологические основы оздоровительной тренировки

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.13 Биохимия человека»**

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): вооружить обучающихся знаниями химических основ процессов жизнедеятельности, особенностей протекания биохимических процессов во время и после занятий физическими упражнениями и спортом. Изучение биохимии человека способствует формированию у студентов правильного понимания причин тех изменений в организме человека, которые наблюдаются в результате систематических занятий физическими упражнениями и спортом, позволяет использовать полученные знания при планировании занятий физическими упражнениями, направленными на повышение работоспособности и совершенствование двигательных качеств человека.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1.	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
	Раздел 1. Биохимия обмена веществ в организме человека
1.	Химический состав организма человека. Общие закономерности обмена веществ и энергии
2.	Биокатализ, гормоны.
3.	Биоэнергетика.
4.	Углеводы. Обмен углеводов
5.	Липиды. Обмен липидов.
6.	Белки. Обмен белков.
7.	Нуклеиновые кислоты. Обмен нуклеиновых кислот.
	Раздел 2. Биохимические основы мышечной деятельности
8.	Биохимия мышц и мышечного сокращения
9.	Энергетическое обеспечение мышечной деятельности
10.	Биохимические изменения в организме под влиянием мышечной работы. Биохимические основы утомления
11.	Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы.
12.	Закономерности биохимической адаптации под влиянием систематической тренировки
13.	Биохимические основы силы, быстроты и выносливости

14.	Биохимическое обоснование особенностей занятий физической культурой и спортом с лицами разного возраста
15.	Биохимическое обоснование особенностей питания при занятиях физической культурой и спортом

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.14 Спортивная биоэнергетика»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): Цель освоения дисциплины «Спортивная биоэнергетика» - ознакомить бакалавров, обучающихся по направлению 49.03.04 Спорт с закономерностями преобразования энергии в живом организме и особенностями реализации биоэнергетических возможностей человека при выполнении спортивных и оздоровительных упражнений, ознакомить студентов с современным состоянием научных исследований и технологическими возможностями применения различных средств и методов тренировки для повышения уровня физической подготовленности спортсменов высокого класса.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки
ОПК-14	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния спортсменов
ОПК-14.1.	Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Введение в биоэнергетику спорта. Источники энергии и их характеристика.
2.	Энергетическое обеспечение мышечной работы человека. Аэробный ресинтез АТФ.
3.	Анаэробные пути ресинтеза АТФ
4.	Динамика метаболических состояний при напряжённой мышечной деятельности
5.	Биоэнергетические факторы спортивной работоспособности
6.	Биоэнергетические основы развития выносливости
7.	Биоэнергетические основы развития скоростно-силовых качеств спортсменов
8.	Закономерности развития биоэнергетических процессов под влиянием систематической нагрузки

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.15. Основы медицинских знаний и спортивная медицина»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля) является:** ознакомление обучающихся с основами первой доврачебной помощи при угрожающих жизни состояниях и комплексом общих и специальных медицинских знаний и обучение практическим навыкам, необходимым для будущей профессиональной деятельности
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-12	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную медицинскую помощь
ОПК-12.1.	Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи
ОПК-12.2.	Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1. Введение в предмет «Основы медицинских знаний и спортивная медицина». Цели задачи, организация, законодательная база
2.	Раздел 2. Первая медицинская помощь
3.	Раздел 3. Помощь при травмах и повреждениях
4.	Раздел 4. Профилактика инфекционных заболеваний.
5.	Раздел 5. Врачебно-педагогические наблюдения в спорте. Форма организация
6.	Раздел 6. Основы общей патологии
7.	Раздел 7. Инструментальные методы обследования спортсменов
8.	Раздел 8. Лабораторные методы исследования спортсменов
9.	Раздел 9. Состояние висцеральных систем организма спортсмена
10.	Раздел 10. Острые неотложные состояния в практике спортивной медицины
11.	Раздел 11. Врачебно-педагогические наблюдения за отдельными категориями спортсменов
12.	Раздел 12. Медико-биологические средства ускорения восстановления и повышения работоспособности спортсменов

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.16 Массаж»**

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): освоение студентами основ фундаментальных знаний в области массажа, формирование целостного осмысления общих принципов и методических подходов использования спортивного массажа в системе физической культуры, спорта, а также с лечебно-профилактическими целями и на этой основе научить их навыкам и умениям применения массажа в процессе спортивной деятельности

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-12	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную медицинскую помощь
ОПК-12.1.	Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи
ОПК-12.2.	Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	История развития массажа
2.	Анатомо-физиологическое обоснование массажа
3.	Гигиенические основы массажа
4.	Средства массажа
5.	Формы массажа
6.	Системы массажа
7.	Виды массажа и методика их проведения
8.	Методы массажа. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приемов массажа
9.	Частные методики и общий спортивный массаж
10.	Виды спортивного массажа: классификация тренировочного массажа и методика его проведения
11.	Виды спортивного массажа: классификация предварительного массажа и методика его проведения
12.	Виды спортивного массажа: классификация восстановительного массажа и методика его проведения
13.	Виды спортивного массажа: массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом
14.	Особенности методики сеанса массажа в избранном виде спорта
15.	Термогидропроцедуры и массаж в практике спорта
16.	Самомассаж

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.17 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля) является: сформировать базовые теоретические знания в понимании места и роли гигиены, а также практические умения реализации программ по гигиене в системе профессионального образования у обучающихся по направлению подготовки 49.03.04 «Спорт». Дисциплина читается на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-11	Способен формировать осознанное отношение спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.
ОПК-11.1.	Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни
ОПК-11.2.	Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни
ОПК-12	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную медицинскую помощь
ОПК-12.1.	Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи
ОПК-12.2.	Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Предмет и задачи гигиены физической культуры и спорта. Краткие исторические сведения о гигиене.
2.	Гигиеническая характеристика вида спорта.
3.	Распорядок дня при 2-3-разовых тренировках в день и его гигиеническая оценка.
4.	Гигиена воздушной и водной среды.
5.	Гигиенические требования к местам занятий физической культурой и спортом.
6.	Санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта.
7.	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в жарком, холодном и горном климате.
8.	Гигиеническое обеспечение при трансмеридиальных перелетах.
9.	Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.

10.	Вспомогательные гигиенические мероприятия по повышению работоспособности спортсменов и их восстановлению.
11.	Особенности личной гигиены спортсмена при занятиях различными физическими упражнениями и различными видами спорта.
12.	Гигиена одежды, обуви и снаряжения. Гигиенические требования к материалам. Уход за спортивной одеждой и обувью.
13.	Гигиена питания при занятиях физической культурой и спортом. Питание во время и после соревнований.
14.	Весовой режим физкультурников и спортсменов.
15.	Гигиенические основы закаливания. Принципы закаливания и их методика.
16.	Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни.
17.	Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма.
18.	Здоровый образ жизни и его составляющие.
19.	Разрушители здоровья. Вредные привычки.
20.	Техника безопасности при занятиях физической культурой и спортом.
21.	Основные травмы в спорте. Профилактика травматизма. Первая доврачебная медицинская помощь.
22.	Болезни цивилизации.
23.	Психогигиена.
24.	Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.
25.	Современные оздоровительные системы.

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.18 Педагогика физической культуры и спорта»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** создание целостного представления о сути, специфике, закономерностях осуществления педагогической деятельности в области физической культуры и спорта в соответствии с требованиями образовательных стандартов
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-10	Способен воспитывать у спортсменов социально-значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения
ОПК-10.2.	Умеет решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту; проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения
ОПК-10.3.	Владеет методикой воспитания у спортсменов социально-значимых личностных качеств, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, а также профилактики негативного социального поведения в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта
ОПК-11	Способен формировать осознанное отношение спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни
ОПК-11.1.	Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни
ОПК-11.2.	Умеет проводить мероприятия по формированию осознанного отношения спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни
ОПК-11.3.	Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни
ОПК-16	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в процессе спортивной подготовки
ОПК-16.1.	Знает функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности
ОПК-16.2.	Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации в процессе спортивной подготовки

ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.1.	Знает требования нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта, нормативные документы по вопросам обучения, воспитания и развития детей и молодежи, законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство
ПКО-1.2.	Знает теорию образования и воспитания, обучения и развития, основы педагогики и психологии для реализации учебно-воспитательного процесса и физкультурно-оздоровительной работы
ПКО-1.3.	Знает технологии разработки и реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта
ПКО-1.4.	Знает современные концепции досуговой деятельности, ее основные формы и технологии
ПКО-1.5.	Знает современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды
ПКО-1.6.	Знает способы и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся
ПКО-1.7.	Знает средства и методы педагогического мониторинга
ПКО-1.8.	Знает этические, технологические, организационно и программно-методические основы педагогической деятельности в образовательных организациях.
ПКО-1.10.	Умеет определять методы, формы и средства разработки образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся
ПКО-1.14.	Умеет осуществлять педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Методологические основы педагогики физической культуры и спорта
2.	Специфика деятельности и требования к личности специалистов в области физической культуры и спорта
3.	Особенности воспитательной деятельности педагога в условиях занятий физической культурой и спортом
4.	Учебная деятельность как творческий процесс
5.	Проектирование и управление в физкультурно-спортивном образовании

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.19 Психология физической культуры и спорта»

1.Общая трудоемкость дисциплины «Психология физической культуры и спорта» составляет 3 зачетные единицы.

2.Целью освоения дисциплины «Психология физической культуры и спорта» является изучение закономерностей проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта под влиянием учебной, учебно-тренировочной, соревновательной и других значимых видов деятельности с одной стороны и с другой, позволяет развивать систему представлений о понимании личности в области физической культуры и спорта, сущности ее успешной самореализации и особенностях приспособления к объективным и субъективным требованиям деятельности.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Психология физической культуры и спорта»

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1.	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки
ОПК – 8	Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психолого-методическое сопровождение соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-8.1.	Знает содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-8.2.	Умеет определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-14	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния спортсменов
ОПК-14.1.	Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов
ОПК-14.2.	Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов, интерпретировать результаты контроля

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Тема 1. «Психология физической культуры и спорта как отрасль психологической науки»
2.	Тема 2. «Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта»
3.	Тема 3. «Психологическая характеристика деятельности личности учителя физической культуры»
4.	Тема 4. «Психологические особенности воспитания учащихся и процесс знаний физической культурой»
5.	Тема 5. «Психологические особенности спортивной деятельности»
6.	Тема 6. «Психологические основы обучения и совершенствования в спорте»
7.	Тема 7. «Психология личности спортсмена»
8.	Тема 8. «Социальная психология спортивных групп»
9.	Тема 9. «Психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности»
10.	Тема 10. «Психологическое обеспечение спортивной деятельности»

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.20 Методика преподавания предмета "физическая культура" в образовательных организациях»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц.**

2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить готовность обучающихся к наиболее полноценной реализации процесса преподавания предмета «физическая культура» в образовательных организациях различного типа на основе формирования научно-методических основ профессионального мировоззрения, повышения профессионального самосознания, углубления профессиональной компетентности, совершенствования профессионально значимых личностных качеств и приобретения необходимых теоретико-методических знаний и умений в избранной сфере профессиональной деятельности.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.1.	Знает требования нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта, нормативные документы по вопросам обучения, воспитания и развития детей и молодежи, законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство
ПКО-1.3.	Знает технологии разработки и реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта
ПКО-1.5.	Знает современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды
ПКО-1.8.	Знает этические, технологические, организационно и программно–методические основы педагогической деятельности в образовательных организациях.
ПКО-1.9.	Умеет осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта
ПКО-1.10.	Умеет определять методы, формы и средства разработки образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности
ПКО-1.14.	Умеет осуществлять педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1. «Физическая культура» в образовательных организациях как учебная дисциплина, ее место и значение в подготовке профессиональных кадров для сферы физической культуры и спорта
2.	Раздел 2. Организационно-правовое обеспечение процесса преподавания предмета «Физическая культура» в образовательных организациях общего и профессионального образования
3.	Раздел 3. Профессионально-педагогическая деятельность учителя (воспитателя) физической культуры в образовательных организациях общего и профессионального образования в соответствии с требованиями профессионального стандарта
4.	Раздел 4. «Физическая культура» как учебный предмет в системе образовательных организаций различных уровней общего образования и профессионального образования
5.	Раздел 5. Теоретико-методические основы преподавания предмета «Физическая культура» в образовательных организациях общего и профессионального образования

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.21 Методика реализации программ дополнительного образования в области
физической культуры и спорта»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц.**

2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить готовность обучающихся к инновационной педагогической деятельности для наиболее полноценной реализации программ дополнительного образования детей и взрослых на основе совершенствования профессионально значимых качеств личности студентов и приобретения необходимых теоретико-методических знаний и умений физкультурно-спортивной направленности, повышения общего уровня профессиональной компетентности.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.1.	Знает требования нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта, нормативные документы по вопросам обучения, воспитания и развития детей и молодежи, законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство
ПКО-1.3.	Знает технологии разработки и реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта
ПКО-1.4.	Знает современные концепции досуговой деятельности, ее основные формы и технологии
ПКО-1.6.	Знает способы и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся
ПКО-1.8.	Знает этические, технологические, организационно и программно-методические основы педагогической деятельности в образовательных организациях
ПКО-1.9.	Умеет осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта
ПКО-1.10.	Умеет определять методы, формы и средства разработки образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности
ПКО-1.14.	Умеет осуществлять педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1. «Методика реализации программ дополнительного образования в области физической культуры и спорта, ее место и значение в подготовке профессиональных кадров для сферы физической культуры и спорта
2.	Раздел 2. Организационно-правовое обеспечение процесса реализации программ дополнительного образования детей и взрослых физкультурно-спортивной направленности
3.	Раздел 3. Деятельность тренера (педагога) для эффективной реализации программ дополнительного образования детей и взрослых в соответствии с требованиями профессионального стандарта
4.	Раздел 4. Дополнительное образование детей в рамках спортивно-оздоровительного этапа в различных видах спорта
5.	Раздел 5. Дополнительное образование взрослого населения с учетом особенностей контингента и основной деятельности занимающихся

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.22 История физической культуры и спорта»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** изучение форм, средств и методов, идей и теорий в области физической культуры и спорта, вооружить студентов историческими занятиями, которые они смогут использовать в практике своей будущей специальности. Воспитание историей - важный метод углубления умственной, нравственной и эстетической подготовки будущего педагога, тренера и организатора в области физической культуры и спорта.
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-5.	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах
УК-5.1.	Знает основные категории философии, историческое наследие, социокультурные традиции и основы межкультурной коммуникации
УК-5.2.	Умеет взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции
УК-5.3.	Владеет навыками оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1. Всеобщая история физической культуры и спорта.
1.1	Возникновение и первоначальное развитие физической культуры и спорта в первобытном обществе.
1.2	Физическая культура и спорт в государствах древнего мира.
1.3	Физическая культура и спорт в средние века. Краткая характеристика средневековья. Особенности развития ФКиС в феодальном обществе Европы.
1.4	Физическая культура и спорт в Новое время (XVII – нач. XXв.в.).
1.5	ФКиС с начала 20-х годов до окончания II МВ.
1.6	ФКиС в странах мира (вторая половина XX – начало XXIв.в.).
2.	Раздел 2. История физической культуры и спорта России.
2.1	Физическая культура и спорт нашей страны с древнейших времен до XVIII века.
2.2	Физическая культура и спорт Российской империи с XVIII до второй половины XIX века.
2.3	Развитие физической культуры и спорта во II половине XI в.
2.4	Физическая культура и спорт в России с начала XX века.
2.5	Физическая культура и спорт в России: от революционных событий 1917 года до конца 30-х годов
2.6	Физкультурное движение в годы ВОВ
2.7	Физическая культура и спорт в стране со второй половины 40-х годов до распада СССР.

2.8	Физическая культура и спорт в РФ после распада СССР.
3.	Раздел 3. История международного спортивного и Олимпийского движения.
3.1	Возникновение и первоначальное развитие международного спортивного и олимпийского движения.
3.2	Международное спортивное и олимпийское движение в первой половине XX века.
3.3	Международное спортивное и олимпийское движение во второй половине XX века – начале XXI в.

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.23 Теория и методика физической культуры»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): сформировать общие научно – методические основы профессионального мировоззрения бакалавров в области спорта, заложить необходимые для этого знания, в том числе главных концептуальных положений, составляющие принципиальное содержание современных теоретических основ физической культуры и спорта, научить плодотворно пользоваться ими.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки
ОПК-11	Способен формировать осознанное отношение спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни
ОПК-11.1.	Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта, составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, механизмы и приемы формирования мотивации на ведение здорового образа жизни
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.3.	Знает технологии разработки и реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта
ПКО-1.4.	Знает современные концепции досуговой деятельности, ее основные формы и технологии
ПКО-1.5.	Знает современные концепции физического воспитания, технологии организации образовательного процесса и физкультурно-образовательной среды
ПКО-1.8.	Знает этические, технологические, организационно и программно-методические основы педагогической деятельности в образовательных организациях.
ПКО-1.10.	Умеет определять методы, формы и средства разработки образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)
1	Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры
1.1	Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий
1.2	Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, ее компоненты (виды, разновидности) в обществе
1.3	Система физической культуры в обществе
1.4	Общие и специфические функции физической культуры
1.5	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденция ее современного развития
2	Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания
2.1	Раздел 1. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы
2.1.1	Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания
2.1.2	Средства и методы в физическом воспитании
2.1.3	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию
2.2	Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания
2.2.1	Основы обучения двигательным действиям
2.2.2	Воспитание двигательного-координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей
2.2.3	Воспитание силовых и скоростных способностей
2.2.4	Воспитание выносливости
2.2.5	Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения
2.2.6	Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания
2.3	<i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i>
2.3.1	Формы построения занятий в физическом воспитании
2.3.2	Планирование и контроль в физическом воспитании
3	Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры
3.1	Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста
3.2	Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста
3.3	Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи
3.4	Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся
3.5	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста
3.6	Логика и методология теоретических исследований физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.24 Теория спорта»**

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля). Сформировать общие научно-методические основы профессионального мировоззрения специалистов по спорту, заложить необходимые для этого знания, научить плодотворно пользоваться ими. Дисциплина реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки
ОПК-1.2.	Умеет планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки
ОПК-1.3.	Владеет технологиями планирования тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-2.1.	Знает методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-4	Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-4.1.	Знает средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов
ОПК-4.2.	Умеет подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-7	Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе подготовки спортсменов
ОПК-7.1.	Знает принципы и методы индивидуализации подготовки спортсменов
ОПК-9	Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки спортсменов
ОПК-9.1.	Знает особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы

ОПК-20	Способен осуществлять методическое сопровождение подготовки спортсменов
ОПК-20.1.	ОПК-20.1. Знает содержание методического сопровождения подготовки спортсменов, принципы и порядок разработки программной документации
ОПК-20.2.	ОПК-20.2. Умеет разрабатывать документы методического сопровождения подготовки спортсменов

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)
1	Раздел 1. Введение в теорию спорта
1.1	Особенности предмета теории спорта. Ее специфические понятия
1.2	Сущность спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе; тенденции развития
2	Раздел 2. Теория спортивных соревнований
2.1	Соревнование как основа специфики спорта
2.2	Основы системы спортивных соревнований
3	Раздел 3. Основы системы подготовки спортсмена
3.1	Общая характеристика системы подготовки спортсмена
3.2	Основные стороны подготовки спортсмена (содержание и основы методики)
3.3	Структура спортивной тренировки
3.4	Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы)
3.5	Технология планирования и контроля как факторов педагогического управления в системе подготовки спортсмена

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.25 Теория и методика детско-юношеского спорта»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): Целью освоения дисциплины является: создать целостное представление о системе спортивной подготовки детей, юношей и девушек, обеспечить профессиональное понимание сути концептуальных и научно-прикладных положений, составляющих принципиальное содержание современной теории и методики детско-юношеского спорта, сформировать умение использовать полученные знания в избранной сфере практической деятельности. Дисциплина реализуется на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки
ОПК-1.2.	Умеет планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки
ОПК-1.3.	Владеет технологиями планирования тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-2.1.	Знает методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-4	Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-4.1.	Знает средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов
ОПК-4.2.	Умеет подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-7	Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе подготовки спортсменов
ОПК-7.1.	Знает принципы и методы индивидуализации подготовки спортсменов
ОПК-9	Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки спортсменов

ОПК-9.1.	Знает особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы
----------	--

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)
1	Введение в теорию детско-юношеского спорта
1.1	Теория и методика детско-юношеского спорта как научная и учебная дисциплина. Предмет и проблематика курса.
1.2	Организационно-методические основы юношеского спорта
2	Общие основы системы подготовки юных спортсменов
2.1	Особенности реализации принципов спортивной тренировки в подготовке юных спортсменов
2.2	Построение многолетней спортивной подготовки юных спортсменов. Этап начальной подготовки
2.3	Построение многолетней спортивной подготовки юных спортсменов. Этапы спортивной специализации и совершенствования спортивного мастерства в избранном виде спорта.
2.4	Нормативные основы подготовки юных спортсменов
2.5	Соревновательная практика юных спортсменов и ее нормативные основы
2.6	Тренировочные нагрузки юных спортсменов и общие подходы к их нормированию
2.7	Воспитание двигательных способностей юных спортсменов
2.8	Система отбора юных спортсменов
2.9	Линии воспитания в системе подготовки юных спортсменов

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.26 Менеджмент и экономика физической культуры и спорта»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): формирование способности определять круг управленческих и экономических задач в области физической культуры и спорта, принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности, а также физической культуры и спорта.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.
УК-2.1	Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения
УК-2.2.	Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
УК-10	Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности.
УК-10.1	Знает основные документы, регламентирующие экономическую деятельность; источники финансирования профессиональной деятельности; принципы планирования экономической деятельности
УК-10.2	Умеет обосновывать принятие экономических решений, использовать методы экономического планирования для достижения поставленных целей
УК-10.3	Владеет навыками применения экономических инструментов
ОПК-16	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в процессе спортивной подготовки
ОПК-16.1	Знает функции участников процесса спортивной подготовки и принципы организации их совместной деятельности
ОПК-21	Способен проводить материально-техническое оснащение тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта
ОПК-21.1.	Знает требования к материально-техническому оснащению тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Формирование определенного круга задач управленческих и экономических в рамках поставленных целей в области физической культуры и спорта.
2.	Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности, а также физической культуры и спорта.
3.	Базовые принципы функционирования экономики, цели и механизмы основных видов государственной социально-экономической политики и ее влияние на развитие отрасли физическая культура и спорт
4.	Изучение основ менеджмента, управления персоналом в области физической культуры и спорта

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.27 Правовые основы профессиональной деятельности»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование у студентов знаний в области правового регулирования физической культуры и спорта, овладение ими умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности. Дисциплина реализуется на русском языке.
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.
УК-2.1.	Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения
УК-2.1.	Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
УК-11	Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению
УК-11.1	Знает действующие правовые нормы, обеспечивающие борьбу с коррупцией в различных областях жизнедеятельности; способы профилактики коррупции и формирования нетерпимого отношения к ней
УК-11.2	Умеет планировать, организовывать и проводить мероприятия, обеспечивающие формирование гражданской позиции и предотвращение коррупции в социуме
УК-11.3	Владеет навыками взаимодействия в обществе на основе нетерпимого отношения к коррупции
ОПК-18	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики
ОПК-18.1	Знает нормативные правовые акты в сфере физической культуры и спорта и нормы профессиональной этики
ОПК-18.2	Умеет ориентироваться в нормативных правовых актах в сфере физической культуры и спорта, принимать решения и совершать действия в соответствии с законами и нормами профессиональной этики

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Теоретические основы правовых знаний. Спортивное право в системе отраслей российского права.
2.	Положения Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как важнейший регулятор общественных отношений в области физической культуры и спорта.
3.	Правовое регулирование деятельности различных субъектов физической культуры и спорта.
4.	Физическая культура и спорт в системе образования. Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта.
5.	Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий
6.	Правовые аспекты антидопинговой деятельности
7.	Особенности регулирования трудовых отношений в спорте
8.	Правовые основы борьбы с коррупцией в сфере физической культуры и спорта.

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.28 Информационные технологии в физической культуре и спорте»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): Целью освоения дисциплины (модуля) «Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта» является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующихся на использовании современных возможностей информационно-коммуникативных технологий.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач
УК-1.1.	Знает основы системного подхода; последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач
ОПК-8	Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психолого-методическое сопровождение соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-8.1.	Знает содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Информационная безопасность
2.	Офисные технологии
3.	Облачные технологии
4.	Мобильные технологии
5.	Сетевые технологии

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.29 Научно-методическая деятельность»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.**

2. **Цель освоения дисциплины (модуля) «Научно-методическая деятельность»** является: формирование у слушателей навыков научного мышления, ознакомление с методами проведения научных исследований и способами обработки и оформления их результатов.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК -1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.
УК- 1.1.	Знает основы системного подхода; последовательность и требования к осуществлению поисковой и аналитической деятельности для решения поставленных задач
УК- 1.2.	Умеет анализировать и систематизировать, и синтезировать информацию, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности
УК- 1.3.	Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений
ОПК-14	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния спортсменов
ОПК-14.1.	Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов
ОПК-14.2.	Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов, интерпретировать результаты контроля
ОПК-17	Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
ОПК-17.1.	Знает основы научно-методической деятельности, научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования
ОПК-17.2.	Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
ОПК-17.3.	Владеет методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Общие представления о науке
2.	Организация научного исследования
3.	Организация педагогических исследований
4.	Научная и научно-методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта
5.	Инструментальные методики измерений
6.	Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе со спортсменами
7.	Обработка и анализ результатов научных исследований в спорте
8.	Представление результатов научно-исследовательской работы

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.30 Основы антидопингового обеспечения»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.**
2. **Целью освоения дисциплины (модуля) является** ознакомление студентов с основами антидопингового обеспечения; современными методами исследования, применяемыми в антидопинговом контроле; освоение знаний по действию допинга на организм спортсмена; обучение студентов комплексу теоретических знаний в области антидопингового обеспечения и методов использования разрешенных препаратов в спортивной деятельности.
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-13.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга
ОПК-13.1.	Знает нормативные документы, регулирующие работу по предотвращению применения допинга; содержание и организацию антидопинговых мероприятий
ОПК-13.2.	Умеет планировать и проводить антидопинговые мероприятия
ОПК-13.3.	Владеет методиками проведения работы по предотвращению применения допинга

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Проблемы, связанные с использованием допинга в спорте.
2.	История использования допинга. Допинговые скандалы.
3.	Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период
4.	Вещества и методы, запрещенные вне соревнований
5.	Вещества, запрещенные в отдельных видах спорта
6.	Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий
7.	Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль
8.	Антидопинговые лаборатории
9.	Процедура забора и транспортировки биопроб
10.	Санкции. Профилактика применения допинга в спорте
11.	Причины, вызывающие стремление использовать допинг
12.	Общий механизм действия допинга
13.	Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами анаболических стероидов
14.	Выбор спортсмена для допинг-контроля, забор биоматериалов, транспортировка проб. Оформление протокольных документов. Наиболее частые ошибки
15.	Разрешение на терапевтическое применение субстанций, использующихся в качестве допинга
16.	Список разрешенных препаратов
17.	Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.31 Спортивная метрология»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивная метрология» является: формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-спортивных областях. Формирование системы знаний, навыков и умений в области измерений и контроля в спорте, необходимых будущему тренеру и преподавателю физической культуры.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-14	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния спортсменов
ОПК-14.1.	Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов
ОПК-14.2.	Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов, интерпретировать результаты контроля
ОПК-14.3.	Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте
	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)
	Основы теории измерений
	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения
	Основы теории тестов
	Основы теории оценок
	Количественная оценка качественных показателей
2.	Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте
	Состояние спортсмена и разновидности контроля
	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности
	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов
	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок
	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности
	Метрологические основы отбора в спорте

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.32 Теория и методика лыжных гонок»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 46 зачетных единиц.

2. Цель освоения дисциплины «Теория и методика лыжных гонок»: изучение студентами учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.04 Спорт, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в спортивной подготовке в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации, для работы в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в лыжных гонках.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
	Наименование компетенции / наименование индикаторов достижения компетенции
ОПК-1	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1.	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки
ОПК-1.2.	Умеет планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки
ОПК-1.3.	Владеет технологиями планирования тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-2.1.	Знает методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-2.2.	Умеет выбирать и использовать методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-4	Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-4.1.	Знает средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов
ОПК-4.2.	Умеет подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-5	Способен обучать технике выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения и совершенствовать ее
ОПК-5.1.	Знает технику выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения, а также методику обучения
ОПК-5.2.	Умеет подбирать и использовать средства и методы обучения и совершенствования техники выполнения упражнений
ОПК-6	Способен организовывать и проводить тренировочные занятия различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной

	квалификации
ОПК–6.1.	Знает особенности проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта
ОПК–6.2.	Умеет составлять программы тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации
ОПК-7	Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе подготовки спортсменов
ОПК-7.1.	Знает принципы и методы индивидуализации подготовки спортсменов
ОПК-7.2.	Умеет выбирать методы индивидуализации, осуществлять процесс подготовки в избранном виде спорта с учетом индивидуальных особенностей спортсменов
ОПК – 8	Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психолого-методическое сопровождение соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-8.1.	Знает содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-8.2.	Умеет определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-9	Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки спортсменов
ОПК-9.1.	Знает особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы
ОПК-9.2.	Умеет анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки в избранном виде спорта
ОПК-12	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную медицинскую помощь
ОПК-12.1.	Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи
ОПК-12.2.	Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь
ОПК-14	Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта
ОПК-14.1	Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов
ОПК-14.2	Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов, интерпретировать результаты контроля
ОПК-15	Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта
ОПК-15.1	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
ОПК-15.2	Умеет разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде спорта
ОПК-17	Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
ОПК-17.2.	Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
ОПК-17.3.	Владеет методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
ОПК-19	Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК-19.1.	Знает регламент, правила соревнований по избранному виду спорта, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения
ОПК-19.2.	Умеет планировать и организовывать соревнования по избранному виду спорта и осуществлять их судейство
ОПК-20	Способен осуществлять методическое сопровождение подготовки спортсменов
ОПК-20.1.	Знает содержание методического сопровождения подготовки спортсменов, принципы и порядок разработки программной документации
ОПК-20.2.	Умеет разрабатывать документы методического сопровождения подготовки спортсменов
ОПК-21	Способен проводить материально-техническое оснащение тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта
ОПК-21.1.	Знает требования к материально-техническому оснащению тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта
ОПК-21.2.	Умеет выбирать средства материально-технического оснащения тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта и использовать их для решения поставленных задач

4. Краткое содержание дисциплины (модуля)

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1: Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения
2.	Тема 1.1.: Зарождение и развитие лыжных гонок, как олимпийского вида спорта
3.	Тема 1.2.: Использование занятий лыжами как средство развития организма и оздоровления населения
4.	Тема 1.3.: Организация и содержание лыжной подготовки дошкольников, школьников, учащейся молодёжи и военнослужащих
5.	Тема 1.4.: Лыжная подготовка в системе физкультурно-спортивного воспитания – ГТО
6.	Тема 1.5.: Оздоровительная работа лыжной направленности среди лиц с ограниченными возможностями
7.	Тема 1.6.: Организация и управление физкультурно-спортивной деятельности в сфере лыжных гонок
8.	Раздел 2: Специфика внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжных гонках
9.	Тема 2.1.: Свойства снега
10.	Тема 2.2.: Характеристика условий скольжения
11.	Тема 2.3.: Рельеф, подготовка, профилирование и гомологация лыжных трасс
12.	Раздел 3: Техника передвижения на лыжах
13.	Тема 3.1.: Классификация способов передвижения на лыжах, основы техники
14.	Тема 3.2.: Кинематические показатели спортивной техники лыжника-гонщика
15.	Тема 3.3.: Динамические характеристики способов передвижения на лыжах
16.	Тема 3.4.: Системно-структурный анализ спортивной техники лыжника-гонщика
17.	Раздел 4: Обучение технике передвижения на лыжах
18.	Тема 4.1.: Научно-методические основы обучения двигательным действиям
19.	Тема 4.2.: Овладение лыжным инвентарём, освоение снежной среды
20.	Тема 4.3.: Техническая подготовка лыжника-гонщика в бесснежный период
21.	Тема 4.4.: Подготовка мест занятий, обеспечение безопасности занимающихся
22.	Тема 4.5.: Начальное обучение и методика закрепления спортивной техники способов передвижения на лыжах

23.	Тема 4.6.: Совершенствование технического мастерства в бесснежный период и на снегу
24.	Раздел 5: Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам
25.	Тема 5.1.: Классификация лыжных соревнований
26.	Тема 5.2.: Документы планирования и проведения соревнований
27.	Тема 5.3.: Общие требования к проведению и судейству соревнований
28.	Тема 5.4.: Способы определения личных и командных результатов в различных соревновательных дисциплинах
29.	Тема 5.5.: Рейтинговая оценка соревновательной деятельности
30.	Тема 5.6.: Принципы разработки спортивных классификационных норм и требований по лыжным гонкам
31.	Раздел 6: Материально-техническое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности лыжников-гонщиков
32.	Тема 6.1.: Эволюция снаряжения лыжников-гонщиков
33.	Тема 6.2.: Характеристика современного инвентаря, обуви и одежды лыжников-гонщиков
34.	Тема 6.3.: Подготовка лыж с учётом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения соревнования
35.	Тема 6.4.: Спортивные лыжные сооружения, базы, комплексы, центры
36.	Раздел 7: Построение спортивной тренировки лыжников-гонщиков
37.	Тема 7.1.: Система спортивной подготовки лыжников-гонщиков
38.	Тема 7.2.: Основные принципы спортивной подготовки лыжников-гонщиков
39.	Тема 7.3.: Средства спортивной подготовки лыжников-гонщиков
40.	Тема 7.4.: Методы тренировки лыжников-гонщиков
41.	Тема 7.5.: Техническая, тактическая, психологическая подготовка лыжника-гонщика, их взаимосвязь
42.	Тема 7.6.: Классификация нагрузок, применяемых в подготовке лыжников-гонщиков
43.	Тема 7.7.: Физическая подготовка лыжника-гонщика
44.	Тема 7.8.: Организация и проведение тренировочных занятий различной направленности
45.	Тема 7.9.: Разновидности тренировочных эффектов нагрузки и соответствующие им виды контроля
46.	Тема 7.10.: Структура подготовки лыжников-гонщиков в течение года
47.	Тема 7.11.: Оперативное, текущее и перспективное планирование спортивной тренировки в лыжных гонках
48.	Тема 7.12.: Динамика соотношения средств и методов тренировки на этапах спортивной подготовки
49.	Тема 7.13.: Методика отбора и спортивной ориентации перспективных спортсменов на этапах спортивной подготовки
50.	Раздел 8: Спортивная тренировка лыжников-гонщиков как многолетний процесс
51.	Тема 8.1.: Система многолетней спортивной подготовки лыжников-гонщиков
52.	Тема 8.2.: Возрастные закономерности индивидуального биологического развития – основа построения многолетней подготовки лыжников-гонщиков
53.	Тема 8.3.: Последовательность, методы и средства развития специфичных для лыжников-гонщиков биоэнергетических режимов в процессе многолетней тренировки
54.	Тема 8.4.: Средства восстановления и повышения работоспособности лыжников-гонщиков в системе многолетней подготовки
55.	Тема 8.5.: Модельные характеристики соревновательной деятельности в дисциплинах лыжных гонок

56.	Тема 8.6.: Модельные характеристики уровня функциональной подготовленности и модели тренировочных программ на этапах многолетней подготовки лыжников-гонщиков
57.	Тема 8.7.: Воспитание личностных качеств лыжников-гонщиков
58.	Тема 8.8.: Профессионально-педагогическая деятельность тренера по лыжным гонкам
59.	Раздел 9: Основы научно-исследовательской деятельности
60.	Тема 9.1.: Зарождение и развитие прикладных научных исследований в лыжных гонках
61.	Тема 9.2.: Требования к курсовой работе, методика выполнения
62.	Тема 9.3.: Требования к выпускной квалификационной работе, методика выполнения
63.	Тема 9.4.: Порядок защиты выпускной квалификационной работы

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.33.01 Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): формирование знаний, умений, навыков в применении средств и методов гимнастики в практической физкультурно-спортивной деятельности.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-3	Способен проводить тренировочные занятия на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-3.1	Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий
ОПК-3.2	Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений
ОПК-3.3	Владеет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Гимнастика в системе физического воспитания населения
2.	Базовые средства и методические особенности гимнастики
3.	Общие основы обучения гимнастическим упражнениям
4.	Содержание и методика занятий оздоровительной и прикладной гимнастикой
5.	Развитие двигательного-координационных способностей
6.	Развитие силовых и скоростно-силовых способностей
7.	Развитие гибкости
8.	Развитие общей выносливости
9.	Профилактика плоскостопия и формирование рациональной осанки, коррекция избыточного веса

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.33.02 Теория и методика обучения базовым видам спорта (легкая атлетика)»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.**

2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** приобретение учащимися знаний, практических умений и навыков по легкой атлетике для формирования профессиональных компетенций, необходимых специалистам в области физической культуры, работающим в системе общеобразовательных структур.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-3	Способен проводить тренировочные занятия на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-3.1	Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий
ОПК-3.2	Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений
ОПК-3.3	Владеет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности

4. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1. Методика преподавания видов легкой атлетики в учебных заведениях
	1.1. Классификация видов легкой атлетики. Легкая атлетика в программах учебных заведений.
	1.2. Основы техники и основы обучения легкоатлетическим упражнениям.
	1.3. Организация, судейство и правила соревнований по легкой атлетике.
	1.4. Спортивная ходьба – техника, методика обучения и правила соревнований.
	1.5. Бег на короткие дистанции - техника, методика обучения и правила соревнований.
	1.6. Эстафетный бег - техника, методика обучения и правила соревнований.
	1.7. Прыжки в длину с разбега - техника, методика обучения и правила

	соревнований.
	1.8. Прыжок в высоту - техника «перешагивания» и («фосбери-флоп»), методика обучения и правила соревнований
	1.9. Толкание ядра - техника, методика обучения и правила соревнований
	1.10. Метание мяча (копья) - техника, методика обучения и правила соревнований
	1.11. Бег на средние и длинные дистанции - техника, методика обучения и правила соревнований.
2.	Раздел 2. Легкоатлетические упражнения как средства воспитания физических качеств
	2.1. Легкоатлетические упражнения как средства воспитания выносливости
	2.2. Легкоатлетические упражнения как средства воспитания быстроты
	2.3. Легкоатлетические упражнения как средства воспитания силы
	2.4. Легкоатлетические упражнения как средства воспитания гибкости и координации
3.	Раздел 3. Учебная практика
	3.1. Практика в проведении подготовительной части урока по легкой атлетике
	3.2. Практика в проведении основной части урока по легкой атлетике
	3.3. Практика в судействе соревнований по легкой атлетике.

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.33.03 Теория и методика обучения базовым видам спорта (плавание)»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** подготовка квалифицированных специалистов по физической культуре и спорту, в частности, изучение технологии проведения занятий по плаванию и приобретение личного опыта использования средств плавания для упрочения и сохранения здоровья, поддержания высокой работоспособности.
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-3	Способен проводить тренировочные занятия на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-3.1	Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий
ОПК-3.2	Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений
ОПК-3.3	Владеет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Введение в дисциплину. Техника безопасности при организации и проведении занятий в бассейне.
2.	Техника спортивных способов плавания.
3.	Методика обучения технике спортивных способов плавания.
4.	Прикладное плавание.
5.	Начальная тренировка.
6.	Плавание в государственной системе физического воспитания.

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.33.04 Теория и методика обучения базовым видам спорта (спортивные и подвижные игры)»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 8 зачетных единиц.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование знаний, умений, навыков в применении средств и методов спортивных и подвижных игр в практической физкультурно-спортивной деятельности.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-3	Способен проводить тренировочные занятия на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-3.1	Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий
ОПК-3.2	Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений
ОПК-3.3	Владеет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности

4. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Общие основы спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол) и подвижных игр.
2.	Основы правил спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол) и подвижных игр. Основы правил техники безопасности на занятиях спортивными и подвижными играми.
3.	Методы и приемы обучения технике и тактике спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол).
4.	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол) и подвижные игры на занятиях по предмету «физическая культура»
5.	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол) и подвижные игры на занятиях по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта
6.	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол) и подвижные игры на тренировочных занятиях в различных видах спорта

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б.1.О.33.05 Теория и методика обучения базовым видам спорта
(лыжный спорт)»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): овладение общепрофессиональными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжных гонок как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-3	Способен проводить тренировочные занятия на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-3.1	Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий
ОПК-3.2	Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений
ОПК-3.3	Владеет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1: Зарождение лыжных гонок в России, олимпийские виды лыжного спорта
2.	Тема 1.1.: Требования учебной программы дисциплины «Лыжные гонки»
3.	Тема 1.2.: Зарождение лыжных гонок в России
4.	Тема 1.3.: Общая характеристика олимпийских видов лыжного спорта
5.	Раздел 2: Снаряжение лыжника-гонщика, подготовка лыж
6.	Тема 2.1.: Лыжный инвентарь
7.	Тема 2.2.: Обувь и одежда лыжника
8.	Тема 2.3.: Подготовка лыж
9.	Раздел 3: Основы техники и методика обучения способам передвижения на лыжах
10.	Тема 3.1.: Этапы, методы, дидактические принципы обучения

11.	Тема 3.2.: Подготовка мест занятий, организация обучения
12.	Тема 3.3.: Классификация способов передвижения на лыжах
13.	Тема 3.4.: Техника и методика обучения классическим лыжным ходам
14.	Тема 3.5.: Техника и методика обучения коньковым лыжным ходам
15.	Тема 3.6.: Техника и методика обучения способам подъёмов на лыжах
16.	Тема 3.7.: Техника и методика обучения способам спусков на лыжах и прохождению неровностей на склоне
17.	Тема 3.8.: Техника и методика обучения способам торможений на лыжах
18.	Тема 3.9.: Техника и методика обучения способам поворотов на лыжах
19.	Раздел 4: Передвижение на лыжах – традиционное для населения России средство оздоровления
20.	Тема 4.1.: Оздоровительная эффективность передвижения на лыжах
21.	Тема 4.2.: Лыжная подготовка дошкольников
22.	Тема 4.3.: Лыжная подготовка школьников
23.	Тема 4.4.: Лыжная подготовка учащейся молодёжи и военнослужащих
24.	Тема 4.5.: Использование передвижения на лыжах для оздоровления взрослого населения
25.	Тема 4.6.: Оздоровительная работа лыжной направленности среди лиц с ограниченными возможностями здоровья
26.	Тема 4.7.: Причины возникновения и меры предупреждения травматизма занимающихся лыжными гонками
27.	Раздел 5: Общие требования к построению спортивной тренировки лыжников-гонщиков
28.	Тема 5.1.: Структура подготовки лыжников-гонщиков в течение года
29.	Тема 5.2.: Средства спортивной подготовки лыжников-гонщиков
30.	Тема 5.3.: Методы тренировки лыжников-гонщиков
31.	Тема 5.4.: Система многолетней спортивной подготовки лыжников-гонщиков
32.	Тема 5.5.: Воспитание личностных качеств лыжника-гонщика в процессе многолетней подготовки
33.	Раздел 6: Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий по лыжным гонкам
34.	Тема 6.1.: Подготовка соревновательных лыжных трасс
35.	Тема 6.2.: Классификация соревнований по лыжным гонкам
36.	Тема 6.3.: Документы планирования и проведения соревнований по лыжным гонкам
37.	Тема 6.4.: Общие требования к проведению и судейству соревнований по лыжным гонкам
38.	Тема 6.5.: Способы определения личных и командных результатов в различных соревновательных дисциплинах лыжных гонок

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.33.06 Теория и методика обучения базовым видам спорта (самооборона (самбо))»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.

2. Цель освоения дисциплины (модуля): изучение учебно-практического материала студентами Университета физической культуры, необходимого для подготовки преподавателей, способных проводить занятия в образовательных учреждениях и организациях, а также в качестве тренеров по обучению приемам самообороны.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-3	Способен проводить тренировочные занятия на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-3.1	Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий
ОПК-3.2	Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений
ОПК-3.3	Владеет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Краткий исторический очерк о развитии различных единоборств. Формы организации и содержание занятий по самозащите.
2.	Обще и специально подготовительные упражнения к самозащите.
3.	Самостраховка при падении: на спину, на бок, вперёд на руки, на спину через мост, на твёрдое покрытие.
4.	Игры: на выведение из равновесия; в касания; в атакующие захваты; в блокирующие захваты; в теснение; в дебюты; в перетягивание.
5.	Броски и защиты от них: выведением из равновесия толчком и рывком, подножка, захватом голени, подсечка, через бедро, через голову упором голенью в живот,

	захватом двух ног, через спину.
6.	Приёмы в положении лёжа и защиты от них: удержания, болевые, удушающие.
7.	Удары и защиты от них: руками, ногами, головой.
8.	Самозащита: освобождение при захватах и обхватах; при попытке выполнения удушающих приёмов; при атаке соперника ударами рук; при атаке соперника ударами ног; при атаке соперника различными предметами; в положении лёжа или сидя на земле, при изнасиловании, приёмы конвоирования.
9.	Поединки с применением ранее изученных действий в положении лёжа и стоя. Моделирование различных ситуаций самозащиты.

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.33.7 Теория и методика обучения базовым видам спорта(тяжелоатлетические виды спорта)»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.**

2. **Цель освоения дисциплины (модуля)** Теория и методика обучения базовым видам спорта (тяжелоатлетические виды спорта) является формирование знаний, умений, навыков в применении средств и методов тяжелоатлетических видов спорта в профессиональной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-3	Способен проводить тренировочные занятия на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-3.1	Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения тренировочных занятий
ОПК-3.2	Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений
ОПК-3.3	Владеет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.11.	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности

4. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Характеристика тяжелоатлетических видов спорта и их прикладное значение
2.	Силовые способности Виды силовых способностей и их характеристика. Средства и методы развития силовых способностей
3.	Основы правил тяжелоатлетических видов спорта. Основы правил техники безопасности на занятиях силовой подготовкой
4.	Прикладное значение тяжелоатлетических видов спорта. Средства прикладной силовой подготовки
5.	Обучение технике упражнений тяжелоатлетических видов спорта
6.	Методы и приемы обучения упражнениям тяжелой атлетики

7.	Методы и приемы обучения упражнениям пауэрлифтинга
8.	Методы и приемы обучения упражнениям гиревого спорта
9.	Базовые и локальные упражнения для различных мышечных групп
10.	Разработка комплексов упражнений, составления тренировочных программ силовой направленности и их реализация
11.	Комплексы силовой подготовки без отягощений и с различными видами отягощений
12.	Силовая подготовка на занятиях по предмету «физическая культура»
13.	Силовая подготовка на занятиях по дополнительным образовательным программам в области физической культуры и спорта
14.	Силовая подготовка на тренировочных занятиях в различных видах спорта

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.О.34 Адаптивная физическая культура»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.**

2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование системы знаний об адаптивной физической культуре, особенностях организации обучения и воспитания лиц различных половозрастных и нозологических групп, освоение технологии подбора и применения средств адаптивного физического воспитания с учетом особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-9	Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах
УК-9.1.	Знает понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах
УК-9.2.	Умеет планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами
УК-9.3.	Владет навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами

4. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1. Общие вопросы адаптивной физической культуры
2.	Тема 1.1 Понятие об адаптивной физической культуре, ее значение как научной дисциплины для системы образования.
3.	Тема 1.2 Понятие «инвалидность». Группы инвалидности по БМСЭ.
4.	Тема 1.3 Особенности психофизического развития лиц различных нозологических групп. Их психолого-педагогическая характеристика.
5.	Раздел 2. Частные вопросы адаптивной физической культуры
6.	Тема 2.1 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития.
7.	Тема 2.2 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями.
8.	Тема 2.3 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Б1.В.01 Профессионально-спортивное совершенствование»

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 21 зачетную единицу.

2. Цель освоения дисциплины «Профессионально-спортивное совершенствование»:
 формирование у студентов навыков организации и осуществления спортивной подготовки и совершенствование индивидуальной спортивной деятельности в лыжных гонках.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
	Наименование компетенции / наименование индикаторов достижения компетенции
ПК-2	Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство
ПК-2.1	Знает основы самоконтроля и самооценки уровня подготовленности в избранном виде спорта
ПК-2.2	Знает правила эксплуатации современных контрольно-измерительных приборов, спортивного инвентаря и оборудования
ПК-2.3	Умеет самостоятельно оценивать свой уровень подготовленности в избранном виде спорта
ПК-2.4	Умеет пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием
ПК-2.5	Умеет совершенствовать свою интегральную подготовленность
ПК-2.6	Умеет использовать методы планирования и организации своей спортивной подготовки
ПК-2.7	Имеет опыт самоконтроля и анализа своей подготовленности в избранном виде спорта
ПК-2.8	Имеет опыт планирования и реализации самостоятельной деятельности по совершенствованию собственного спортивного мастерства

4. Краткое содержание дисциплины (модуля)

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Раздел 1: Специфика внешних условий и материально-техническое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности в лыжных гонках
2.	Тема: 1.1. Современная технология тестирования качества скольжения лыж
3.	Тема: 1.2. Подготовка и профилирование лыжных трасс с учетом предстоящей тренировочной и соревновательной деятельности
4.	Тема: 1.3. Методика выбора и подготовки лыжного инвентаря с учетом индивидуальных особенностей лыжников-гонщиков и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности

5.	Тема: 1.4. Модельные характеристики соревновательных лыжных трасс
6.	Тема: 1.5. Технология подготовки лыж к различным соревновательным дисциплинам
7.	Раздел 2: Обучение технике передвижения на лыжах, совершенствование технического мастерства
8.	Тема: 2.1. Методика начального этапа обучения технике способов передвижения на лыжах
9.	Тема: 2.2. Методика закрепления техники способов передвижения на лыжах
10.	Тема: 2.3. Методика совершенствования спортивной техники в бесснежный период и на снегу
11.	Тема: 2.4. Моделирование техники и тактики соревновательной деятельности элитных лыжников-гонщиков
12.	Раздел 3: Планирование, организация, методика проведения и судейства соревнований по лыжным гонкам
13.	Тема: 3.1. Правила соревнований по лыжным гонкам, специфика подготовки документов планирования и судейства соревнований
14.	Тема: 3.2. Методика организации и судейства соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах лыжных гонок
15.	Тема: 3.3. Особенности организации и проведения массовых соревнований по лыжным гонкам
16.	Тема: 3.4. Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и электронного хронометража
17.	Раздел 4: Управление тренировочной и соревновательной деятельностью лыжников-гонщиков на этапах спортивной подготовки
18.	Тема: 4.1. Планирование, учёт и анализ тренировочной и соревновательной деятельности на <i>начальном</i> этапе спортивной подготовки
19.	Тема: 4.2. Планирование, учёт и анализ тренировочной и соревновательной деятельности на <i>тренировочном</i> этапе спортивной подготовки
20.	Тема: 4.3. Планирование, учёт и анализ тренировочной и соревновательной деятельности на этапе <i>совершенствования</i> спортивного мастерства
21.	Тема: 4.4. Планирование, учёт и анализ тренировочной и соревновательной деятельности на этапе <i>высшего</i> спортивного мастерства
22.	Раздел 5: Индивидуализация спортивной подготовки
23.	Тема: 5.1. Методика отбора и спортивной ориентации на этапах спортивной подготовки
24.	Тема: 5.2. Методика разработки индивидуальных планов подготовки в спортивных циклах различной продолжительности
25.	Тема: 5.3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства студентов в тренировочной и соревновательной деятельности
26.	Тема: 5.4. Выбор и применение средств восстановления и повышения работоспособности с учётом характера, величины спортивной нагрузки, и индивидуальных особенностей спортсмена

АННОТАЦИЯ
К ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ
«Б2.О.01 (У) Педагогическая практика»

1. **Общая трудоемкость практики составляет 3 зачетные единицы.**
2. **Цель прохождения практики:** ознакомить студентов с документами по разработке и условиям реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта.
3. **Перечень планируемых результатов прохождения практики:**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты прохождения практики
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
УК-3.2	Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
<i>ПКО-1.1</i>	Знает требования федеральных государственных образовательных стандартов различных ступеней образования, нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, законодательство о правах ребенка, трудовое законодательство.
ПКО-1.14	Умеет осуществлять педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта

4. **Краткое содержание практики:**

№	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся
1.	Организационно-ознакомительная деятельность
1.1	Содержание и организация учебной педагогической практики
1.2	Постановка задач на предстоящую практику. Составление индивидуального плана прохождения практики
2.	Методическая деятельность
2.1	Взаимодействие с администрацией базы практики. Основные направления работы, традиции, распорядок дня базы практики.
2.2	Взаимодействие с методистом базы практики. Организационно-методические особенности преподавания предмета «Физическая культура» в образовательной организации и реализация программ дополнительного образования в области физической культуры и спорта. Требования, предъявляемые к обучающимся (занимающимся)
2.3	Взаимодействие с медицинским персоналом базы практики. Врачебный контроль в процессе физического воспитания.
2.4	Изучение требований федеральных государственных образовательных стандартов различных ступеней образования, нормативных документов по

	реализации дополнительных образовательных программ, по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства.
2.5	Учебно-исследовательская работа на уроках по предмету/дисциплине «Физическая культура» и секционных занятиях (педагогический анализ, хронометраж, пульсометрия и т.п.)
2.6	Оформление отчетной документации по практике

**АННОТАЦИЯ
К ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ
«Б2.О.03 (П) Педагогическая практика»**

1. **Общая трудоемкость практики (модуля) составляет** 6зачетных единиц.
2. **Цель прохождения практики (модуля):** формирование умений и навыков студентов по разработке и реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта
3. **Перечень планируемых результатов прохождения практики (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
УК-3.3	Владеет навыками социального взаимодействия в профессиональной деятельности
ОПК-3	Способен проводить тренировочные занятия на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-3.3	Владеет методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-11	Способен формировать осознанное отношение спортсменов к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни
ОПК-11.3	Владеет методикой формирования осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни
ОПК-18	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики
ОПК-18.3	Имеет опыт применения правовых норм и норм профессиональной этики в профессиональной деятельности
ПКО-1	Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.9	Умеет осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта.
ПКО-1.10	Умеет определять методы, формы и средства разработки образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся
ПКО-1.11	Умеет применять инновационные методики физической культуры и спорта в профессиональной деятельности
ПКО-1.12	Умеет организовывать деятельность обучающихся в процессе

	реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта.
ПКО-1.13	Умеет обеспечивать взаимодействие с родителями (законными представителями) обучающихся.
ПКО-1.14	Умеет осуществлять педагогический контроль и оценку освоения образовательной программы в области физической культуры и спорта
ПКО-1.15	Умеет организовывать и проводить массовые досуговые мероприятия
ПКО-1.16	Владеет навыками разработки образовательных программ в области физической культуры и спорта
ПКО-1.17	Имеет опыт проведения занятий по физической культуре и спорту, спортивных и физкультурных мероприятий в области образования

4. Краткое содержание практики:

№	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся
1.	Организационно-ознакомительная деятельность
1.	Содержание и организация производственной педагогической практики
2.	Постановка задач на предстоящую практику. Составление индивидуального плана прохождения практики
2.	Методическая деятельность
2.1	Изучение годового план-графика предмета/дисциплины «Физическая культура» и рабочего плана на четверть. Тематическое планирование на период практики.
2.2	Подготовка конспектов урока в соответствии с программным материалом.
2.3	Основные направления в проведении внеклассной физкультурно-массовой работы
2.4	Составление плана и организация физкультурно-спортивных и досуговых мероприятий на период практики.
2.5	Ознакомление с годовым учебным планом, программой для спортивных секций общеобразовательной школы. Составление рабочего плана проведения секционных занятий на период практики.
2.6	Подготовка плана-конспекта тренировочного занятия.
2.7	Оформление отчетной документации по практике
3.	Педагогическая деятельность
3.1	Практика в проведении урока (занятия) «Физическая культура» по частям и в целом
3.2	Проведение беседы с обучающимися образовательной организации по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.
3.3	Проведение мастер класса с обучающимися образовательной организации по избранному виду спорта.
3.4	Составление психолого-педагогической характеристики на обучающегося
3.5	Организация и проведение массовых досуговых мероприятий.
3.6	Практика в проведении занятий спортивной секции или группы ОФП
3.7	Учебно-исследовательская работа на уроках (занятиях) по предмету/дисциплине «Физическая культура» и секционных занятиях (педагогический анализ, хронометраж, пульсометрия и т.п.)
3.8	Взаимодействие с педагогическим коллективом и с родителями (законными представителями) обучающихся

**АННОТАЦИЯ
К ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ
«Б2.О.02 (У) Тренерская практика»**

1. **Общая трудоемкость практики составляет 9 зачетных единиц.**
2. **Цель прохождения практики:** трансформировать теоретические знания студентов в первичные умения и навыки, необходимые при разработке и реализации программ начального этапа спортивной подготовки.
3. **Перечень планируемых результатов прохождения практики:**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты прохождения практики
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.3	Владеет технологиями планирования тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-2.3	Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-4	Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-4.3	Владеет методикой развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-5	Способен обучать технике выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения и совершенствовать ее
ОПК-5.3	Владеет методикой обучения и совершенствования техники выполнения специальных и соревновательных упражнений.
ОПК-6	Способен организовывать и проводить тренировочные занятия различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации
ОПК-6.3	Владеет методикой организации и проведения тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации
ОПК-7	Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе подготовки спортсменов
ОПК-7.3	Владеет методикой реализации индивидуального подхода в процессе подготовки спортсменов
ОПК-8	Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психолого-методическое сопровождение соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-8.3	Владеет технологией информационного, технического,

	методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-10	Способен воспитывать у спортсменов социально-значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения
ОПК-10.3	Владеет методикой воспитания у спортсменов социально-значимых личностных качеств, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, а также профилактики негативного социального поведения в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта
ОПК-12	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную медицинскую помощь
ОПК-12.3	Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по избранному виду спорта
ОПК-14	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния спортсменов
ОПК-14.3	Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов.
ОПК-15	Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта
ОПК-15.3	Владеет методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта
ОПК-16	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в процессе спортивной подготовки
ОПК-16.2	Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации в процессе спортивной подготовки.
ОПК-18	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики
ОПК-18.3	Имеет опыт применения правовых норм и норм профессиональной этики в профессиональной деятельности.
ОПК-19	Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта
ОПК-19.3	Владеет методикой организации и судейства соревнований по избранному виду спорта.
ОПК-20	Способен осуществлять методическое сопровождение подготовки спортсменов
ОПК-20.3	Имеет опыт методического обеспечения спортивной подготовки.

ОПК-21	Способен проводить материально-техническое оснащение тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта
ОПК-21.3	Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта.

4. Краткое содержание практики:

№	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся
1.	Организационно-ознакомительная деятельность
1.1	Содержание и организация учебной тренерской практики
1.2	Постановка задач на предстоящую практику. Составление индивидуального плана прохождения практики
1.3	Знакомство с коллективом и материально-техническим обеспечением базы практики.
1.4	Изучение документов, регламентирующих работу базы практики.
1.5	Взаимодействие с администрацией базы практики: – основные направления работы, традиции, распорядок работы и требования, предъявляемые к занимающимся; – задачи базы, распределение обязанностей, система повышения квалификации и тарификации тренеров.
1.6	Взаимодействие с тренерским коллективом. Особенности комплектации групп, состав закрепленной группы.
2.	Методическая деятельность
2.1	Изучение программы для спортивных школ по виду спорта и годового плана-графика обучения в начальной группе подготовки
2.2	Разработка рабочего плана занятий с группой начальной подготовки на период практики.
2.3	Разработка комплексов физической подготовки.
2.4	Разработка планов-конспектов тренировочных занятий
2.5	Наблюдение за проведением тренировочных занятий с группами начальной подготовки.
2.6	Планирование и осуществление педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса
2.7	Оформление отчетной документации по практике.
3.	Тренировочная деятельность
3.1	Проведение тренировочных занятий различной направленности и их частей в качестве помощника тренера.
3.2	Проведение тренировочных занятий различной направленности и их частей в качестве тренера.
3.3	Тестирование уровня подготовленности начинающих спортсменов, анализ полученных данных и рекомендации по корректированию тренировочного процесса в соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся
3.4	Осуществление отбора в группы начальной подготовки
4.	Соревновательная деятельность
4.1	Составление положения о соревновании.
4.2	Участие в соревновании в качестве судьи, представителя или руководителя команды

**АННОТАЦИЯ
К ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ
«Б2.О.04 (П) Тренерская практика»**

1. **Общая трудоемкость практики составляет 9 зачетных единиц.**
2. **Цель прохождения практики:** трансформировать теоретические знания студентов в профессиональные умения и навыки, необходимые при разработке и реализации программ спортивной подготовки на уровне тренировочного этапа и выше.
3. **Перечень планируемых результатов прохождения практики:**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты прохождения практики
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
ОПК-1	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.3	Владеет технологиями планирования тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки.
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-2.3	Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-4	Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-4.3	Владеет методикой развития физических качеств и повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-5	Способен обучать технике выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения и совершенствовать ее
ОПК-5.3	Владеет методикой обучения и совершенствования техники выполнения специальных и соревновательных упражнений.
ОПК-6	Способен организовывать и проводить тренировочные занятия различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации
ОПК-6.3	Владеет методикой организации и проведения тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации
ОПК-7	Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе подготовки спортсменов
ОПК-7.3	Владеет методикой реализации индивидуального подхода в процессе подготовки спортсменов
ОПК-8	Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психолого-методическое сопровождение соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-8.3	Владеет технологией информационного, технического, методического

	и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-9	Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки спортсменов
ОПК-9.3	Владеет методами анализа соревновательной деятельности для корректировки процесса подготовки в избранном виде спорта
ОПК-10	Способен воспитывать у спортсменов социально-значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения
ОПК-10.3	Владеет методикой воспитания у спортсменов социально-значимых личностных качеств, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, а также профилактики негативного социального поведения в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта
ОПК-12	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную медицинскую помощь
ОПК-12.3	Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по избранному виду спорта
ОПК-14	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния спортсменов
ОПК-14.3	Владеет методиками контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов.
ОПК-15	Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта
ОПК-15.3	Владеет методикой коррекции тренировочного процесса на основе результатов педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта
ОПК-16	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в процессе спортивной подготовки
ОПК-16.3	Владеет навыками организации совместной деятельности и способами взаимодействия участников в процессе спортивной подготовки.
ОПК-18	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики
ОПК-18.3	Имеет опыт применения правовых норм и норм профессиональной этики в профессиональной деятельности.
ОПК-19	Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта
ОПК-19.3	Владеет методикой организации и судейства соревнований по избранному виду спорта.
ОПК-20	Способен осуществлять методическое сопровождение подготовки спортсменов
ОПК-20.3	Имеет опыт методического обеспечения спортивной подготовки.

ОПК-21	Способен проводить материально-техническое оснащение тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта
ОПК-21.3	Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта.

4. Краткое содержание практики:

№	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся
1.	Организационно-ознакомительная деятельность
1.1	Содержание и организация производственной тренерской практики
1.2	Постановка задач на предстоящую практику. Составление индивидуального плана прохождения практики
1.3	Знакомство с коллективом и материально-техническим обеспечением базы практики.
1.4	Изучение документов, регламентирующих работу базы практики.
1.5	Взаимодействие с администрацией базы практики: – основные направления работы, традиции, распорядок работы и требования, предъявляемые к занимающимся; – задачи базы, распределение обязанностей, система повышения квалификации и тарификации тренеров.
1.6	Взаимодействие с тренерским коллективом. Особенности комплектации групп, состав закрепленной группы.
2.	Методическая деятельность
2.1	Знакомство с организационной структурой и функциями региональной федерации по виду спорта.
2.2	Изучение документов, регламентирующих деятельность организаций, ответственных за подготовку квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта.
2.3	Изучение комплексной целевой программы подготовки по виду спорта, знакомство с программой научно-методического обеспечения подготовки сборной команды по виду спорта
2.4	Анализ календаря соревнований спортсменов высокой квалификации и плана-графика макроцикла их подготовки
2.5	Разработка рабочего плана для различных групп спортивной подготовки на период практики.
2.6	Наблюдение за проведением тренировочных занятий в группах с разным уровнем подготовленности.
2.7	Разработка комплексов ОФП и СФП.
2.8	Разработка планов-конспектов тренировочных занятий на различных этапах многолетней подготовки
2.9	Планирование и осуществление педагогического контроля.
2.10	Разработка рекомендаций по коррекции тренировочного процесса на основе анализа соревновательной деятельности одного из занимающихся (команды).
2.11	Оформление отчетной документации по практике
3.	Тренировочная деятельность
3.1	Проведение занятий в группах с разным уровнем подготовленности.
3.2	Проведение занятий, направленных на совершенствование двигательных действий, на воспитание физических качеств.
3.3	Применение комплексного тестирования для коррекции тренировочного процесса и отбора в группы занимающихся на всех этапах подготовки

3.4	Организация участия занимающихся в мероприятиях антидопингового характера
4.	Соревновательная деятельность
4.1	Составление положения о соревновании.
4.2	Участие в соревновании в качестве судьи, представителя или руководителя команды
4.3	Анализ соревновательной деятельности спортсменов спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации по виду спорта и разработка рекомендаций по ее улучшению.

**АННОТАЦИЯ
К ПРОГРАММЕ ПРАКТИКИ
«Б2.О.05 (Пд) Преддипломная практика»**

1. **Общая трудоемкость практики (модуля) составляет** 3 зачетных единицы.
2. **Цель прохождения практики (модуля):** углубление и закрепление полученных теоретических знаний в области физической культуры и спорта; подготовка к самостоятельной профессиональной деятельности; формирование теоретического и фактологического материала для последующего написания выпускной квалификационной работы по предварительно выбранной теме.
3. **Перечень планируемых результатов прохождения практики:**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты прохождения практики
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач
УК-1.3	Владеет навыками поиска информации и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
УК-2.3	Владеет инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.
УК-4	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)
УК-4.3	Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах).
ОПК-17	Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
ОПК-17.3	Владеет методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки.

4. Краткое содержание практики:

№	Виды работ, осуществляемые при прохождении практики, включая самостоятельную работу обучающихся
1.	Организационно-ознакомительная деятельность
1.1	Содержание и организация преддипломной практики
1.2	Постановка задач на предстоящую практику. Составление индивидуального плана прохождения практики

2.	Научно-методическая деятельность
2.1	Написание ВКР в соответствии с установленными требованиями по его написанию и оформлению.
2.2	Анализ и систематизация литературных источников по теме ВКР.
2.3	Систематизация методов и организации исследования.
2.4	Статистическая основа исследования; оценка достоверности результатов исследования.
2.5	Анализ и обобщение, научная интерпретация результатов проведенного исследования.
2.6	Разработка и редактирование выводов и практических рекомендаций
2.7	Подготовка отчётной документации по результатам практики (доклад и презентация по теме ВКР)

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«ФТД.01 Использование электронной информационно-образовательной среды
организации, осуществляющей образовательную деятельность»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 зачетную единицу.**

2. **Целью освоения дисциплины (модуля)** является включение обучающихся в информационно-образовательную среду организации, осуществляющей образовательную деятельность, в которой они осваивают образовательную программу, а также содействие формированию образовательной траектории обучающихся и их участие в содержании своего профессионального образования.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
УК-2.1.	Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения
УК-2.2.	Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

4. **Краткое содержание дисциплины (модуля):**

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1.	Тема 1. Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в которой обучающиеся осваивают образовательную программу (далее – организация)
2.	Тема 2. Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием инфраструктуры организации
3.	Тема 3. Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в организации. Ведение личного кабинета обучающегося
4.	Тема 4. Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) организации

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«ФТД.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья»

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы.**
2. **Цель освоения дисциплины (модуля):** социально-педагогическая адаптация обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья к особенностям учебно-педагогического процесса в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в которой они осваивают образовательную программу.
3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-9	Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах
УК-9.1.	Знает понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах
УК-9.2.	Умеет планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)
1	РАЗДЕЛ 1. Социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
	Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Анализ коммуникативных навыков
	Тема 2. Методики, применяемые для коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
2	РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе
	Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
3	РАЗДЕЛ 3. Адаптивное физическое воспитание как средство восстановления учебной работоспособности
	Тема 4. Построение и использование в учебном процессе физкультпауз для различных нозологических групп обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

5.5. Рекомендации по разработке фондов оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплинам (модулям) и практикам

Раздел основной профессиональной образовательной программы «Оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации» должен демонстрировать взаимосвязь педагогического контроля с отраженными в основной профессиональной образовательной программе требованиями, предъявляемыми профессиональными стандартами.

Индикаторы достижения компетенций могут формироваться в форме знаний, умений и опыта деятельности, что обеспечивает взаимосвязь с заявленными результатами обучения. Формулировки индикаторов достижения компетенций в форме «имеет опыт» должны демонстрировать готовность студента выполнять трудовые действия полностью или частично. Важно, чтобы они были проверяемыми в условиях промежуточной аттестации по дисциплине (практике).

Типовые контрольные задания рабочей программы дисциплины (модуля) или практики включают в себя перечень вопросов для промежуточной аттестации, тестовые задания, практические задания (кейсы, ситуационные задачи, лабораторные работы, учебную практику и др.).

Перечень вопросов для промежуточной аттестации соответствует индикаторам достижения компетенций в форме знаний.

Тестовые задания содержат вопросы различной сложности, в том числе закрытые (выбора, соотнесения, ранжирования) и открытые, включая решение задач. Тесты должны соответствовать индикаторам достижения компетенций в форме знаний и умений.

Практические задания, как правило, должны соответствовать индикаторам достижения компетенций в форме умений и опыта деятельности.

Для дисциплин, которые формируют УК-3, УК-4, УК-5 в соответствии с требованиями п. 34 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по программам высшего образования – программа бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденным приказом

Минобрнауки России от 5 апреля 2017 года № 301, необходимо описать оценивание навыков командной работы, межличностных коммуникаций, принятия решений, лидерских качеств.

Фонды оценочных средств должны включать в себя все запланированные результаты обучения и иметь количество вариантов контрольных заданий не менее, чем для академической группы студентов в количестве 30 человек.

Рекомендации по оцениванию результатов достижения компетенций разрабатываются в соответствии с системой оценивания, установленной в организации, осуществляющей образовательную деятельность.

5.6. Рекомендации по разработке программы государственной итоговой аттестации

Структура программы ГИА:

1. Цель и задачи прохождения ГИА
2. Формы проведения ГИА и ее структурные особенности
3. Место ГИА в структуре ООП
4. Перечень планируемых результатов освоения ООП
5. Объем и продолжительность ГИА
6. Программа государственного экзамена
 - 6.1. Форма проведения государственного экзамена в соответствии с содержанием ГИА
 - 6.2. Перечень вопросов, выносимых на государственный экзамен
 - 6.3. Рекомендации обучающимся по подготовке к государственному экзамену
 - 6.4. Критерии оценки результатов сдачи государственного экзамена
 - 6.5. Перечень рекомендуемой литературы для подготовки к государственному экзамену и его информационное обеспечение
7. Программа и процедура выпускной квалификационной работы (ВКР) в соответствии с содержанием ГИА
 - 7.1. Перечень тем ВКР

7.2. Требования к ВКР и порядку их выполнения

8. Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

9. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения ГИА

10. Порядок проведения ГИА для выпускников из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья

11. Методические материалы для обучающихся по подготовке и процедуре проведения ГИА

Требования к государственному экзамену включают в себя примерные вопросы для формирования билетов к государственному экзамену, включая теоретические вопросы и практико-ориентированные задания, рекомендации по оцениванию.

Рекомендации по выполнению выпускной квалификационной работы включают примерную тематику выпускных квалификационных работ, соотнесенную с содержанием профессиональных стандартов, а также требования к структуре и оформлению ВКР, рекомендации по оцениванию.

Раздел 6. ПРИМЕРНЫЕ УСЛОВИЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ОПОП

6.1. Требования к условиям реализации образовательной программы бакалавриата включают в себя общесистемные требования, требования к материально-техническому и учебно-методическому обеспечению, требования к кадровым и финансовым условиям реализации образовательной программы бакалавриата, а также требования к применяемым механизмам оценки качества образовательной деятельности и подготовки обучающихся по образовательной программе бакалавриата.

6.2. Общесистемные требования к реализации образовательной программы бакалавриата.

6.2.1. Организация, осуществляющая образовательную деятельность, должна располагать на праве собственности или ином законном основании материально-техническим обеспечением образовательной деятельности (помещениями и оборудованием) для реализации образовательной программы бакалавриата по Блоку 1 «Дисциплины (модули)» и Блоку 3 «Государственная итоговая аттестация» в соответствии с учебным планом.

6.2.2. Каждый обучающийся в течение всего периода обучения должен быть обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде организации, осуществляющей образовательную деятельность, из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»), как на территории организации, осуществляющей образовательную деятельность, так и вне ее.

Условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды могут быть созданы с использованием ресурсов иных организаций.

Электронная информационно-образовательная среда организации, осуществляющей образовательную деятельность, должна обеспечивать:

доступ к учебным планам, рабочим программам дисциплин (модулей), практик, электронным учебным изданиям и электронным образовательным ресурсам, указанным в рабочих программах дисциплин (модулей), практик;

формирование электронного портфолио обучающегося, в том числе сохранение его работ и оценок за эти работы.

В случае реализации образовательной программы бакалавриата с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий электронная информационно-образовательная среда организации, осуществляющей образовательную деятельность, должна дополнительно обеспечивать:

фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации и результатов освоения образовательной программы бакалавриата;

проведение учебных занятий, процедур оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий;

взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействия посредством сети «Интернет».

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование электронной информационно-образовательной среды должно соответствовать законодательству Российской Федерации.

6.2.3. При реализации образовательной программы бакалавриата в сетевой форме требования к реализации образовательной программы бакалавриата должны обеспечиваться совокупностью ресурсов материально-технического и учебно-методического обеспечения, предоставляемого организациями, участвующими в реализации программы бакалавриата в сетевой форме.

6.3. Требования к материально-техническому и учебно-методическому обеспечению образовательной программы бакалавриата.

6.3.1. Помещения должны представлять собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой бакалавриата, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения, состав которых определяется в рабочих программах дисциплин (модулей).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Не допускается полная замена оборудования его виртуальными аналогами при проведении занятий по избранному виду спорта.

6.3.2. Организация, осуществляющая образовательную деятельность, должна быть обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (состав определяется в рабочих программах дисциплин (модулей) и подлежит обновлению при необходимости).

6.3.3. При использовании в образовательном процессе печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован печатными изданиями из расчета не менее 0,25 экземпляра каждого из изданий, указанных в рабочих программах дисциплин (модулей), практик, на одного обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих соответствующую дисциплину (модуль), проходящих соответствующую практику.

6.3.4. Обучающимся должен быть обеспечен доступ (удаленный доступ), в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых определяется в рабочих программах дисциплин (модулей) и подлежит обновлению (при необходимости).

6.3.5. Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ должны быть обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

6.4. Требования к кадровым условиям реализации образовательной программы бакалавриата.

6.4.1. Реализация образовательной программы бакалавриата обеспечивается педагогическими работниками организации, осуществляющей образовательную деятельность, а также лицами, привлекаемыми организацией, осуществляющей образовательную деятельность, к реализации образовательной программы бакалавриата на иных условиях.

6.4.2. Квалификация педагогических работников организации, осуществляющей образовательную деятельность, должна отвечать квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках и (или) профессиональных стандартах (при наличии).

6.4.3. Не менее 70 процентов численности педагогических работников организации, осуществляющей образовательную деятельность, участвующих в реализации образовательной программы бакалавриата, и лиц, привлекаемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность, к реализации образовательной программы бакалавриата на иных условиях (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям), должны вести научную, учебно-методическую и (или) практическую работу, соответствующую профилю преподаваемой дисциплины (модуля).

6.4.4. Не менее 5 процентов численности педагогических работников организации, осуществляющей образовательную деятельность, участвующих в реализации образовательной программы бакалавриата, и лиц, привлекаемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность, к реализации образовательной программы бакалавриата на иных условиях (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям), должны являться руководителями и (или) работниками иных организаций, осуществляющими трудовую деятельность в профессиональной сфере,

соответствующей профессиональной деятельности, к которой готовятся выпускники (иметь стаж работы в данной профессиональной сфере не менее 3 лет).

6.4.5. Не менее 60 процентов численности педагогических работников организации, осуществляющей образовательную деятельность, и лиц, привлекаемых к образовательной деятельности организации, осуществляющей образовательную деятельность, на иных условиях (исходя из количества замещаемых ставок, приведенного к целочисленным значениям), должны иметь ученую степень (в том числе ученую степень, полученную в иностранном государстве и признаваемую в Российской Федерации) и (или) ученое звание (в том числе ученое звание, полученное в иностранном государстве и признаваемое в Российской Федерации).

К педагогическим работникам и лицам, привлекаемым к образовательной деятельности организации, осуществляющей образовательную деятельность, на иных условиях, с учеными степенями и (или) учеными званиями приравниваются лица без ученых степеней и званий, имеющие спортивные звания «Мастер спорта России», «Мастер спорта СССР», «Гроссмейстер России», «Гроссмейстер СССР», «Мастер спорта России международного класса», «Мастер спорта СССР международного класса», почётные спортивные звания «Заслуженный мастер спорта России», «Заслуженный мастер спорта СССР», «Заслуженный тренер России», «Заслуженный тренер СССР», «Почётный спортивный судья России», почетные звания «Заслуженный работник физической культуры и спорта Российской Федерации», «Заслуженный работник физической культуры и спорта РСФСР», а также являющиеся лауреатами государственных премий в сфере физической культуры и спорта.

6.5. Требования к финансовым условиям реализации образовательной программы бакалавриата.

6.5.1. Финансовое обеспечение реализации образовательной программы бакалавриата должно осуществляться в объеме не ниже значений базовых нормативов затрат на оказание государственных услуг по реализации

образовательных программ высшего образования – программ бакалавриата и значений корректирующих коэффициентов к базовым нормативам затрат, определяемых Министерством образования и науки Российской Федерации.

6.6. Требования к применяемым механизмам оценки качества образовательной деятельности и подготовки обучающихся по образовательной программе бакалавриата.

6.6.1. Качество образовательной деятельности и подготовки обучающихся по образовательной программе бакалавриата определяется в рамках системы внутренней оценки, а также системы внешней оценки, в которой организация, осуществляющая образовательную деятельность, принимает участие на добровольной основе.

6.6.2. В целях совершенствования образовательной программы бакалавриата организация, осуществляющая образовательную деятельность, при проведении регулярной внутренней оценки качества образовательной деятельности и подготовки обучающихся по образовательной программе бакалавриата привлекает работодателей и (или) их объединения, иных юридических и (или) физических лиц, включая педагогических работников организации, осуществляющей образовательную деятельность.

В рамках внутренней системы оценки качества образовательной деятельности по образовательной программе бакалавриата обучающимся предоставляется возможность оценивания условий, содержания, организации и качества образовательного процесса в целом и отдельных дисциплин (модулей) и практик.

6.6.3. Внешняя оценка качества образовательной деятельности по образовательной программе бакалавриата в рамках процедуры государственной аккредитации осуществляется с целью подтверждения соответствия образовательной деятельности по образовательной программе бакалавриата требованиям ФГОС ВО с учетом данной ПООП.

6.6.4. Внешняя оценка качества образовательной деятельности и подготовки обучающихся по образовательной программе бакалавриата может осуществляться

в рамках профессионально-общественной аккредитации, проводимой работодателями, их объединениями, а также уполномоченными ими организациями, в том числе иностранными организациями, либо авторизованными национальными профессионально-общественными организациями, входящими в международные структуры, с целью признания качества и уровня подготовки выпускников, отвечающими требованиям профессиональных стандартов, соотнесенных с ФГОС ВО, требованиям рынка труда к специалистам соответствующего профиля.

Раздел 7. СПИСОК РАЗРАБОТЧИКОВ ПООП

1. Михайлова Т.В. – ректор РГУФКСМиТ, к.п.н., профессор, руководитель рабочей группы;
2. Баталов А.Г. – заведующий кафедрой теории и методики лыжного спорта РГУФКСМиТ, к.п.н., профессор;
3. Клецов К.Г. – доцент кафедры теории и методики танцевального спорта РГУФКСМиТ, к.п.н., зам. руководителя рабочей группы;
4. Моисеев А.Б. – доцент кафедры теории и методики фехтования и современного пятиборья, восточных боевых искусств РГУФКСМиТ, к.п.н., доцент;
5. Новикова Л.А. – директор института спорта и физического воспитания РГУФКСМиТ, к.п.н., доцент;
6. Павлов Е.А. – проректор по учебно-методической работе РГУФКСМиТ, к.п.н., доцент;
7. Соловьев В.Б. – доцент кафедры теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им. А.С. Медведева РГУФКСМиТ, к.п.н., доцент.

**Перечень профессиональных стандартов, соотнесенных с федеральным
государственным образовательным стандартом по направлению подготовки
49.03 04 Спорт**

№ п/п	Код профессионального стандарта	Наименование области профессиональной деятельности. Наименование профессионального стандарта
01. Образование и наука		
	01.001	Профессиональный стандарт "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. № 544н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 декабря 2013 г., регистрационный № 30550), с изменениями, внесенными приказами Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 25 декабря 2014 г. № 1115н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 19 февраля 2015 г., регистрационный № 36091) и от 5 августа 2016 г. № 422н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 23 августа 2016 г., регистрационный № 43326)
	01.003	Профессиональный стандарт "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 28 августа 2018 г., регистрационный № 52016)
	01.004	Профессиональный стандарт «Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 8 октября 2015 г. № 608н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 24 сентября 2015 г., регистрационный № 38993)
05. Физическая культура и спорт		
	05.003	Профессиональный стандарт "Тренер", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 г. № 191н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 апреля 2019 г., регистрационный № 54519)

Перечень обобщённых трудовых функций и трудовых функций, имеющих отношение к профессиональной деятельности выпускника образовательных программ высшего образования - бакалавриата по направлению подготовки 49.03.04 Спорт

Код и наименование профессионального стандарта	Обобщенные трудовые функции			Трудовые функции		
	код	наименование	уровень квалификации	Наименование	код	уровень (подуровень) квалификации
05.003 Тренер	А	Руководство общей физической и специальной подготовкой занимающихся	5	Разработка планов тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся	A/01.5	5
				Проведение тренировочных занятий по общей физической и специальной подготовке занимающихся	A/02.5	5
				Измерение и оценка физической и функциональной подготовленности занимающихся в циклах тренировки	A/03.5	5
				Консультирование тренеров (группы тренеров) и занимающихся по вопросам физиологического обоснования и организации общей физической подготовки, специальной подготовки занимающихся	A/04.5	5
	В	Подготовка занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном и начальной подготовки	5	Комплектование групп занимающихся	B/01.5	5
				Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапах спортивно-оздоровительном, начальной подготовки	B/02.5	5
				Обучение занимающихся основам гигиены и самоконтроля, двигательным умениям и	B/03.5	5

				базовым знаниям научно-практического характера в соответствии с программой спортивной подготовки		
	С	Подготовка занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	6	Отбор занимающихся в группы тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)	С/01.6	6
				Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	С/02.6	6
				Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности занимающихся в соответствии с программами спортивной подготовки	С/03.6	6
				Подготовка занимающихся к участию в соревнованиях, предусмотренных программами спортивной подготовки тренировочного этапа по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	С/04.6	6
				Подготовка занимающихся по основам медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	С/05.6	6
	D	Подготовка занимающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	6	Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов этапов совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства	D/01.6	6
				Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства	D/02.6	6
				Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных	D/03.6	6

				дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов		
				Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося	D/04.6	6
				Организация участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	D/05.6	6
	Е	Оказание консультационной поддержки тренерам и спортсменам на всех этапах спортивной подготовки	6	Обобщение и распространение передового опыта тренерской деятельности	E/01.6	6
				Оказание экспертной помощи тренерам по вопросам совершенствования спортивной подготовки	E/02.6	6
				Руководство медико-биологическим и функциональным обеспечением подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды	E/03.6	6
	F	Подготовка спортивной команды по виду спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации по виду спорта (спортивной дисциплине, группы спортивных дисциплин) (далее - спортивной команды)	6	Организация отбора и подготовки спортсменов спортивной команды	F/01.6	6
				Проведение тренировочных занятий со спортсменами спортивной команды	F/01.6	6
				Организация соревновательной деятельности спортивной команды	F/03.6	6
				Координация работы тренеров, специалистов, задействованных в подготовке спортсменов спортивной команды	F/04.6	6
				Координация и контроль взаимодействия физкультурно-спортивных организаций, объединений, публично-правовых образований в части, касающейся реализации программ развитию вида спорта в субъекте Российской Федерации	F/05.6	6
01.003	A	Преподавание по дополнительным	6	Организация деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной	A/01.6	6.1

<i>Педагог дополнительного образования детей и взрослых</i>		общеобразовательны м программам		общеобразовательной программы		
				Организация досуговой деятельности учащихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы	A/02. 6	6.1
				Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) учащихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания	A/03. 6	6.1
				Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы	A/04. 6	6.1
				Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы	A/05. 6	6.2
	В	Организационно-методическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ	6	Организация и проведение исследований рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых	B/01.6	6.3
				Организационно-педагогическое сопровождение методической деятельности педагогов дополнительного образования	B/02.6	6.3
				Мониторинг и оценка качества реализации педагогами дополнительных общеобразовательных программ	B/03.6	6.3
	С	Организационно-педагогическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ	6	Организация и проведение массовых досуговых мероприятий	C/01.6	6.2
				Организационно-педагогическое обеспечение развития социального партнерства и продвижения услуг дополнительного образования детей и взрослых	C/02.6	6.3
				Организация дополнительного образования детей и взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности	C/03.6	6.3

01.001 <i>Педагог</i> (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)	А	Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования	6	Общепедагогическая функция. Обучение	A/01.6	6
				Воспитательная деятельность	A/02.6	6
				Развивающая деятельность	A/03.6	6
	В	Педагогическая деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ	5 - 6	Педагогическая деятельность по реализации программ начального общего образования	B/02.6	6
				Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования	B/03.6	6
01.004 <i>Педагог профессионального обучения, профессионального образования и дополнительного профессионального образования</i>	А	Преподавание по программам профессионального обучения, СПО и ДПП, ориентированным на соответствующий уровень квалификации	6	Организация учебной деятельности обучающихся по освоению учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и(или) ДПП	A/01.6	6.1
				Педагогический контроль и оценка освоения образовательной программы профессионального обучения, СПО и(или) ДПП в процессе промежуточной и итоговой аттестации	A/02.6	6.1
				Разработка программно-методического обеспечения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) программ профессионального обучения, СПО и(или) ДПП	A/03.6	6.2

	С	Организационно-педагогическое сопровождение группы (курса) обучающихся по программам СПО	6	Создание педагогических условий для развития группы (курса) обучающихся по программам СПО	С/01.6	6.1
				Социально-педагогическая поддержка обучающихся по программам СПО в образовательной деятельности и профессионально-личностном развитии	С/02.6	6.1
	Е	Проведение профориентационных мероприятий со школьниками и их родителями (законными представителями)	6	Информирование и консультирование школьников и их родителей (законных представителей) по вопросам профессионального самоопределения и профессионального выбора	Е/01.6	6.1
				Проведение практикоориентированных профориентационных мероприятий со школьниками и их родителями (законными представителями)	Е/02.6	6.1

ПРИМЕРНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**«Б1.О.32 Теория и методика лыжных гонок»**

Направление подготовки: 49.03.04 Спорт

Профиль «Спортивная подготовка по виду спорта «лыжные гонки»,
тренерско-преподавательская деятельность в образовании»

Уровень образования: *бакалавриат*

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Теория и методика лыжных гонок» является изучение студентами учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.04 Спорт, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в спортивной подготовке в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации, для работы в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в лыжных гонках.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ПООП

Дисциплина «Теория и методика лыжных гонок» относится к обязательной части дисциплин блока Б1 учебного плана примерной основной образовательной программы (ПООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников современных взглядов при решении задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в лыжных гонках.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами (модулями) учебного плана, как «Профессионально-спортивное совершенствование», «Теория и методика физической культуры», «Теория спорта», «Педагогика физической культуры и спорта», «Психология физической культуры и спорта», «Спортивная физиология», «Спортивная биоэнергетика», «Методика реализации программ дополнительного образования в области физической культуры и спорта», «Биомеханика двигательной деятельности», «Спортивная метрология», «Основы антидопингового обеспечения», «Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта», «Теория и методика детско-юношеского

спорта», «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», а также учебной тренерской и производственной тренерской практиками.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ПООП

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
	Наименование компетенции / наименование индикаторов достижения компетенции
ОПК-1	Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов
ОПК-1.1	Знает положения теории физической культуры, физиологическую характеристику нагрузки, анатомо-морфологические и психические особенности спортсменов; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки
ОПК-1.2	Умеет планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки
ОПК-1.3	Владеет технологиями планирования тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-2.1	Знает методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-2.2	Умеет выбирать и использовать методики спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду
ОПК-4	Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-4.1	Знает средства и методы, сенситивные периоды развития физических качеств; факторы, повышающие функциональные возможности организма спортсменов
ОПК-4.2	Умеет подбирать средства и методы развития физических качеств, повышения функциональных возможностей спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
ОПК-5	Способен обучать технике выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения и совершенствовать ее
ОПК-5.1	Знает технику выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения, а также методику обучения
ОПК-5.2	Умеет подбирать и использовать средства и методы обучения и совершенствования техники выполнения упражнений
ОПК-6	Способен организовывать и проводить тренировочные занятия

	различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации
ОПК-6.1	Знает особенности проведения тренировочных занятий на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта
ОПК-6.2	Умеет составлять программы тренировочных занятий различной направленности в избранном виде спорта со спортсменами различной квалификации
ОПК-7	Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе подготовки спортсменов
ОПК-7.1	Знает принципы и методы индивидуализации подготовки спортсменов
ОПК-7.2	Умеет выбирать методы индивидуализации, осуществлять процесс подготовки в избранном виде спорта с учетом индивидуальных особенностей спортсменов
ОПК-8	Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психолого-методическое сопровождение соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-8.1	Знает содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-8.2	Умеет определять содержание информационного, технического, методического и психологического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта
ОПК-9	Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки спортсменов
ОПК-9.1	Знает особенности построения соревновательной деятельности, способы ведения соревновательной борьбы
ОПК-9.2	Умеет анализировать соревновательную деятельность для корректировки процесса подготовки в избранном виде спорта
ОПК-12	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную медицинскую помощь
ОПК-12.1	Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой помощи
ОПК-12.2	Умеет обеспечивать технику безопасности, оказывать первую помощь
ОПК-14	Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта
ОПК-14.1	Знает методики контроля и оценки физического развития, подготовленности и психического состояния спортсменов
ОПК-14.2	Умеет подбирать методы измерения и оценки физического развития, подготовленности, психического состояния спортсменов, интерпретировать результаты контроля
ОПК-15	Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта
ОПК-15.1	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
ОПК-15.2	Умеет разрабатывать рекомендации для коррекции тренировочного процесса на основе анализа результатов комплексного контроля в избранном виде

	спорта
ОПК-17	Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
ОПК-17.2	Умеет разрабатывать и реализовывать программу научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
ОПК-17.3	Владеет методикой проведения научного исследования по определению эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки
ОПК-19	Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта
ОПК-19.1	Знает регламент, правила соревнований по избранному виду спорта, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения
ОПК-19.2	Умеет планировать и организовывать соревнования по избранному виду спорта и осуществлять их судейство
ОПК-20	Способен осуществлять методическое сопровождение подготовки спортсменов
ОПК-20.1	Знает содержание методического сопровождения подготовки спортсменов, принципы и порядок разработки программной документации
ОПК-20.2	Умеет разрабатывать документы методического сопровождения подготовки спортсменов
ОПК-21	Способен проводить материально-техническое оснащение тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта
ОПК-21.1	Знает требования к материально-техническому оснащению тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта
ОПК-21.2	Умеет выбирать средства материально-технического оснащения тренировочных занятий и соревнований в избранном виде спорта и использовать их для решения поставленных задач

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 46 зачетных единиц, 1656 академических часов.

очная форма обучения

Курс/семестр	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной индикации
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс 1 семестр	Всего: 216 часов (6 зачетных единиц)	10	100	106	-	зачет
I курс 2 семестр	Всего: 252 часа (7 зачетных единиц)	10	100	133	9	экзамен
II курс 3 семестр	Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)	6	70	32	-	зачет
II курс 4 семестр	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	6	70	59	9	экзамен
III курс 5 семестр	Всего: 216 часов (6 зачетных единиц)	10	100	106	-	зачет
III курс 6 семестр	Всего: 252 часа (7 зачетных единиц)	10	100	133	9	экзамен
IV курс 7 семестр	Всего: 216 часов (6 зачетных единиц)	10	100	106	-	зачет
IV курс 8 семестр	Всего: 252 часа (7 зачетных единиц)	10	100	133	9	экзамен

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)	Трудоемкость в часах
1	Раздел 1: Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения	95
2	Тема 1.1.: Зарождение и развитие лыжных гонок, как олимпийского вида спорта	14
3	Тема 1.2.: Использование занятий лыжами как средство развития организма и оздоровления населения	14
4	Тема 1.3.: Организация и содержание лыжной подготовки дошкольников, школьников, учащейся молодёжи и военнослужащих	38
5	Тема 1.4.: Лыжная подготовка в системе физкультурно-спортивного воспитания – ГТО	12
6	Тема 1.5.: Оздоровительная работа лыжной направленности среди лиц с	12

	ограниченными возможностями	
7	Тема 1.6.: Организация и управление физкультурно-спортивной деятельности в сфере лыжных гонок	5
8	Раздел 2: Специфика внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжных гонках	84
9	Тема 2.1.: Свойства снега	2
10	Тема 2.2.: Характеристика условий скольжения	52
11	Тема 2.3.: Рельеф, подготовка, профилирование и гомологация лыжных трасс	30
11	Раздел 3: Техника передвижения на лыжах	145
12	Тема 3.1.: Классификация способов передвижения на лыжах, основы техники	72
13	Тема 3.2.: Кинематические показатели спортивной техники лыжника-гонщика	25
14	Тема 3.3.: Динамические характеристики способов передвижения на лыжах	23
15	Тема 3.4.: Системно-структурный анализ спортивной техники лыжника-гонщика	25
16	Раздел 4: Обучение технике передвижения на лыжах	178
17	Тема 4.1.: Научно-методические основы обучения двигательным действиям	16
18	Тема 4.2.: Овладение лыжным инвентарём, освоение снежной среды	28
19	Тема 4.3.: Техническая подготовка лыжника-гонщика в бесснежный период	32
20	Тема 4.4.: Подготовка мест занятий, обеспечение безопасности занимающихся	30
21	Тема 4.5.: Начальное обучение и методика закрепления спортивной техники способов передвижения на лыжах	46
22	Тема 4.6.: Совершенствование технического мастерства в бесснежный период и на снегу	26
23	Раздел 5: Организация и проведение соревнований по лыжным гонкам	91
24	Тема 5.1.: Классификация лыжных соревнований	2
25	Тема 5.2.: Документы планирования и проведения соревнований	26
26	Тема 5.3.: Общие требования к проведению и судейству соревнований	18
27	Тема 5.4.: Способы определения личных и командных результатов в различных соревновательных дисциплинах	28
28	Тема 5.5.: Рейтинговая оценка соревновательной деятельности	15
29	Тема 5.6.: Принципы разработки спортивных классификационных норм и требований по лыжным гонкам	2
30	Раздел 6: Материально-техническое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности лыжников-гонщиков	65 (59 + 9)
31	Тема 6.1.: Эволюция снаряжения лыжников-гонщиков	17
32	Тема 6.2.: Характеристика современного инвентаря, обуви и одежды лыжников-гонщиков	13
33	Тема 6.3.: Подготовка лыж с учётом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения соревнования	15

34	Тема 6.4.: Спортивные лыжные сооружения, базы, комплексы, центры	11
35	Раздел 7: Построение спортивной тренировки лыжников-гонщиков	448
36	Тема 7.1.: Система спортивной подготовки лыжников-гонщиков	17
37	Тема 7.2.: Основные принципы спортивной подготовки лыжников-гонщиков	15
38	Тема 7.3.: Средства спортивной подготовки лыжников-гонщиков	28
39	Тема 7.4.: Методы тренировки лыжников-гонщиков	28
40	Тема 7.5.: Техническая, тактическая, психологическая подготовка лыжника-гонщика, их взаимосвязь	34
41	Тема 7.6.: Классификация нагрузок, применяемых в подготовке лыжников-гонщиков	36
42	Тема 7.7.: Физическая подготовка лыжника-гонщика	90
43	Тема 7.8.: Организация и проведение тренировочных занятий различной направленности	42
44	Тема 7.9.: Разновидности тренировочных эффектов нагрузки и соответствующие им виды контроля	26
45	Тема 7.10.: Структура подготовки лыжников-гонщиков в течение года	36
46	Тема 7.11.: Оперативное, текущее и перспективное планирование спортивной тренировки в лыжных гонках	34
47	Тема 7.12.: Динамика соотношения средств и методов тренировки на этапах спортивной подготовки	32
48	Тема 7.13.: Методика отбора и спортивной ориентации перспективных спортсменов на этапах спортивной подготовки	30
49	Раздел 8: Спортивная тренировка лыжников-гонщиков как многолетний процесс	321
50	Тема 8.1.: Система многолетней спортивной подготовки лыжников-гонщиков	46
51	Тема 8.2.: Возрастные закономерности индивидуального биологического развития – основа построения многолетней подготовки лыжников-гонщиков	40
52	Тема 8.3.: Последовательность, методы и средства развития специфичных для лыжников-гонщиков биоэнергетических режимов в процессе многолетней тренировки	44
53	Тема 8.4.: Средства восстановления и повышения работоспособности лыжников-гонщиков в системе многолетней подготовки	40
54	Тема 8.5.: Модельные характеристики соревновательной деятельности в дисциплинах лыжных гонок	46
55	Тема 8.6.: Модельные характеристики уровня функциональной подготовленности и модели тренировочных программ на этапах многолетней подготовки лыжников-гонщиков	80
56	Тема 8.7.: Воспитание личностных качеств лыжников-гонщиков	13
57	Тема 8.8.: Профессионально-педагогическая деятельность тренера по лыжным гонкам	12
58	Раздел 9: Основы научно-исследовательской деятельности	229 (202 + 27)

59	Тема 9.1.: Зарождение и развитие прикладных научных исследований в лыжных гонках	21
60	Тема 9.2.: Требования к курсовой работе, методика выполнения	43
61	Тема 9.3.: Требования к выпускной квалификационной работе, методика выполнения	70
62	Тема 9.4.: Порядок защиты выпускной квалификационной работы	68
Итого часов:		1656 часов 46 з. е.

5. Примерные оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

5.1. Примерные оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы:

№	Примерные виды текущего контроля
1	Посещение занятий
2	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 1.5. раздела 1.
3	Тема 1.1. Разноуровневые задания творческого уровня «Анализ олимпийской программы в лыжных гонках среди мужчин и женщин на I-XXIII Играх (1924-2018 гг.) с выделением этапов развития лыжных гонок»
4	Тема 1.1. Контрольная работа «Показатель результативности на Олимпийских играх и чемпионатах мира, с анализом результатов выступлений сильнейших лыжников мира»
5	Тема 1.1. Разноуровневые задания творческого уровня «Регламент проведения лыжного спринта и специфика соревновательной деятельности в этой дисциплине»
6	Тема 1.1. Разноуровневые задания творческого уровня «Анализ достижений лыжников-гонщиков СССР/России – олимпийских чемпионов 1956-2018 гг.»
7	Тема 1.2. Разноуровневые задания творческого уровня «Разработка примерной программы оздоровительных занятий для лыжников старшего возраста»
8	Тема 1.2. Разноуровневые задания творческого уровня «Определение выносливости в 12-минутном беговом тесте К. Купера»
9	Тема 1.3. Лабораторная работа № 14 «Методика комплексной оценки физической подготовленности и двигательного возраста» выполнение по вариантам заданий
10	Тема 1.3. Лабораторная работа № 14 «Методика комплексной оценки физической подготовленности и двигательного возраста» выполнение тестирования студентами
11	Тема 1.3. Контрольная работа «Разработка плана-конспекта проведения (урока) занятия по лыжной подготовке для дошкольников, школьников младших, средних, старших классов, студентов»
12	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 2.1, 2.2. раздела 2.
13	Тема 2.2. Лабораторная работа № 1 «Расчёт коэффициента трения скольжения лыж на равнине»
14	Тема 2.2. Лабораторная работа № 2 «Расчёт коэффициента трения качения лыжероллеров на равнинном рельефе»
15	Тема 2.2. Лабораторная работа № 3 «Коррекция тренировочной нагрузки и спортивного результата на лыжероллерах с учётом коэффициента трения качения»

16	Тема 2.2. Контрольная работа «Коррекция тренировочной нагрузки и спортивного результата на лыжероллерах с учётом коэффициента трения качения»
17	Тема 2.2. Лабораторная работа № 4 «Тестирование коэффициента трения скольжения лыж на склоне»
18	Тема 2.2. Лабораторная работа № 5 «Определение коэффициента трения сцепления лыж со снегом»
19	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 3.1. раздела 3.
20	Тема 3.1. Тесты действий «Демонстрация техники классических лыжных ходов в движении на лыжах»
21	Тема 3.1. Тесты действий «Демонстрация техники коньковых лыжных ходов в движении на лыжах»
22	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5. раздела 4.
23	Тема 4.5. Контрольная работа «План-конспект тренировочного занятия по начальному обучению и закреплению заданного способа передвижения на лыжах»
24	Тема 4.5. Разноуровневые задания творческого уровня «Проведение тренировочного занятия по начальному обучению и закреплению заданного способа передвижения на лыжах»
25	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 5.1, 5.2, 5.3, 5.4. раздела 5.
26	Тема 5.2. Контрольная работа Разработка «Календарного плана», «Положения о соревновании», «Программы соревнования»
27	Тема 5.2. Контрольная работа «Оформление заявок, карточек участников соревнований, протоколов старта и результатов соревнований с интервальным и общим стартом, в скиатлоне, эстафете, в различных турах индивидуального и командного спринтов, многодневных лыжных гонках»
28	Тема 5.3. Лабораторная работа № 33 «Подготовка сметы расходов на проведение соревнований, основные статьи расходов»
29	Тема 5.4. Контрольная работа «Определение спортивного результата в индивидуальных соревнованиях с раздельным (одиночным) и парным видами старта»
30	Тема 5.4. Контрольная работа «Определение спортивного результата в эстафете»
31	Тема 5.4. Контрольная работа «Определение спортивного результата в гонке преследования с перерывом»
32	Тема 5.4. Контрольная работа «Определение спортивного результата в скиатлоне»
33	Тема 5.4. Контрольная работа «Определение спортивных результатов в командном спринте»
34	Тема 5.4. Контрольная работа «Определение спортивных результатов в индивидуальном спринте»
35	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме 6.1. раздела 6.
36	Тема 6.1. Реферат «Эволюция снаряжения лыжников»
37	Сдача зачета/ экзамена

№	Примерные виды текущего контроля
1	Посещение занятий
2	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 1.6. раздела 1.
3	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 2.3. раздела 2.
4	Тема 2.3. Лабораторная работа № 6 «Построение профиля лыжной трассы»
5	Тема 2.3. Лабораторная работа № 7 «Характеристика рельефа лыжных трасс по графику профиля»
6	Тема 2.3. Лабораторная работа № 8 «Измерение угла/высоты подъёма и длины трассы»
7	Тема 2.3. Контрольная работа «Характеристика рельефа соревновательных лыжных трасс на международных соревнованиях»
8	Тема 2.3. Лабораторная работа № 15 «Методика тестирования скоростности лыжной трассы и коррекции нормативно-зачетных результатов состязаний, проводимых в неблагоприятных погодных условиях»
9	Тема 2.3. Лабораторная работа № 16 «Нивелирование лыжной трассы»
10	Тема 2.3. Лабораторная работа № 17 «Чтение схемы, построение профиля и характеристика рельефа лыжной трассы»
11	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 3.2, 3.3, 3.4. раздела 3.
12	Тема 3.2. Лабораторная работа № 9 «Анализ кинематических характеристик техники лыжника» (варианты заданий)
13	Тема 3.2. Лабораторная работа № 9 «Анализ кинематических характеристик техники лыжника» (тестирование студентов)
14	Тема 3.2. Контрольная работа «Кинематические показатели техники лыжника»
15	Тема 3.2. Лабораторная работа № 10 «Тестирование запаса скорости» (варианты заданий)
16	Тема 3.2. Лабораторная работа № 10 «Тестирование запаса скорости» (тестирование студентов)
17	Тема 3.2. Лабораторная работа № 11 «Расчёт коэффициента технической подготовленности»
18	Тема 3.3. Лабораторная работа № 12 «Анализ опорных реакций лыжника»
19	Тема 3.4. Контрольная работа «Контроль за технической подготовленностью лыжника-гонщика»
20	Тема 3.4. Лабораторная работа № 20 «Методика анализа фазовой структуры лыжных ходов по материалам кинограмм и видеозаписей»
21	Тема 3.4. Тесты действий «Имитация фазового состава движений всех лыжных ходов с выделением граничных моментов»
22	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 4.6. раздела 4.
23	Тема 4.6. Лабораторная работа № 18 «Методика тестирования экономичности техники лыжника по пульсовой стоимости» (варианты заданий)
24	Тема 4.6. Лабораторная работа № 18 «Методика тестирования экономичности техники лыжника по пульсовой стоимости» (тестирование студентов)
25	Тема 4.6. Лабораторная работа № 19 «Анализ компонентов скорости лыжного хода в соревновательных условиях»
26	Тема 4.6. Лабораторная работа № 22 «Сравнительная оценка экономичности различных сочетаний длины и частоты шагов, как составляющих скорости

	передвижения»
27	Тема 4.6. Лабораторная работа № 32 «Комплексное тестирование технической подготовленности лыжников-гонщиков»
28	Тема 4.6. Контрольная работа «План-конспект тренировочного занятия по совершенствованию заданного способа передвижения на лыжах»
29	Тема 4.6. Разноуровневые задания творческого уровня «Проведение тренировочного занятия по овладению методикой совершенствования техники одного из способов передвижения на лыжах»
30	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 5.5, 5.6. раздела 5.
31	Тема 5.5. Лабораторная работа № 21 «Определение результатов в индивидуальном комплексном зачёте и командных соревнованиях»
32	Тема 5.5. Контрольная работа «Расчёт эквивалентных результатов на нестандартных по длине дистанциях»
33	Тема 5.5. Контрольная работа «Коррекция спортивных результатов с учетом возраста и пола лыжников»
34	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 6.2, 6.3, 6.4. раздела 6.
35	Тема 6.2. Лабораторная работа № 34 «Методика инструментального тестирования жёсткости и упругих свойств гоночных лыж»
36	Тема 6.3. Лабораторная работа № 13 «Тестирование упругих свойств лыж»
37	Тема 6.3. Лабораторная работа № 23 «Методика коррекции коэффициента трения сцепления лыж со снегом»
38	Тема 6.3. Лабораторная работа № 24 «Тестирование качества скольжения лыж на соревновательной скорости»
39	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 7.1, 7.2. раздела 7.
40	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 9.1. раздела 9.
41	Тема 9.1. Доклад по теме проекта курсовой работы (является обязательным)
42	Сдача зачета/ экзамена

№	Примерные виды текущего контроля
1	Посещение занятий
2	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 7.3, 7.4, 7.5, 7.6, 7.7. раздела 7.
3	Темы 7.3., 7.4., 7.5. Разноуровневые задания творческого уровня:
4	«Составление плана-графика на год для группы начальной подготовки 1-го года»
5	«Составление плана-графика на год для группы начальной подготовки 2-го года»
6	«Составление плана-графика на год для группы начальной подготовки 3-го года»
7	«Составление плана-графика на год для тренировочной группы 1-го года»
8	«Составление плана-графика на год для тренировочной группы 2-го года»
9	«Составление плана-графика на год для тренировочной группы 3-го года»
10	«Составление плана-графика на год для тренировочной группы 4-го года»
11	«Составление плана-графика на год для тренировочной группы 5-го года»
12	Тема 7.6. Лабораторная работа № 25 «Оценка интенсивности тренировочной нагрузки»

13	Тема 7.6. Лабораторная работа № 26 «Расчёт показателей, характеризующих «внешнюю» и «внутреннюю» сторону нагрузки» (задания по вариантам)
14	Тема 7.6. Лабораторная работа № 26 «Расчёт показателей, характеризующих «внешнюю» и «внутреннюю» сторону нагрузки» (тестирование студентов)
15	Тема 7.6. Лабораторная работа № 27 «Методика анализа тренировочной и соревновательной нагрузки по пульсограммам»
16	Тема 7.6. Лабораторная работа № 28 «Определение индивидуальной скоростно-пульсовой зависимости – пульсового коэффициента»
17	Тема 7.6. Лабораторная работа № 29 «Оценка технической подготовленности лыжника-гонщика по кислородной стоимости»
18	Тема 7.6. Лабораторная работа № 30 «Косвенная оценка среднестанционной соревновательной частоты пульса (ЧСС _{сop})»
19	Тема 7.7. Разноуровневые задания творческого уровня:
20	«Разработка плана-конспекта тренировочного занятия, направленного на развитие выносливости» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
21	«Разработка плана-конспекта тренировочного занятия, направленного на развитие силы» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
22	«Разработка плана-конспекта тренировочного занятия, направленного на развитие быстроты» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
23	«Разработка плана-конспекта тренировочного занятия, направленного на развитие гибкости» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
24	«Разработка плана-конспекта тренировочного занятия, направленного на развитие координационных способностей» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
25	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 7.8, 7.9, 7.10, 7.11, 7.12, 7.13. раздела 7.
26	Тема 7.8. Разноуровневые задания творческого уровня:
27	«Проведение тренировочного занятия, направленного на развитие выносливости» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
28	«Проведение тренировочного занятия, направленного на развитие силы» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
29	«Проведение тренировочного занятия, направленного на развитие быстроты» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
30	«Проведение тренировочного занятия, направленного на развитие гибкости» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
31	«Проведение тренировочного занятия, направленного на развитие координационных способностей» (группы начальной подготовки и тренировочные группы)
32	Тема 7.9. Лабораторная работа № 31 «Методика обработки материалов спортивного дневника»
33	Тема 7.9. Разноуровневые задания творческого уровня «Дневник самоконтроля»
34	Тема 7.9. Разноуровневые задания творческого уровня «Разновидности видов контроля»
35	Тема 7.10. Разноуровневые задания творческого уровня:
36	«Разработка общей схемы годичного цикла тренировки для лыжников-гонщиков группы начальной подготовки 1-го года»
37	«Разработка общей схемы годичного цикла тренировки для лыжников-гонщиков

	тренировочной группы 5-го года»
38	Тема 7.11. Лабораторная работа № 35 «Методика планирования нагрузки по периодам годичного цикла тренировки лыжников-гонщиков»
39	Тема 7.11. Разноуровневые задания творческого уровня:
40	«Разработка оперативных, текущих и перспективных планов тренировок для группы начальной подготовки 1-3-го года»
41	«Разработка оперативных, текущих и перспективных планов тренировок для тренировочной группы 1-5-го года»
42	Тема 7.12. Лабораторная работа № 36 «Оценка динамики соотношения средств тренировки на различных этапах многолетней подготовки»
43	Тема 7.13. Разноуровневые задания творческого уровня «Проведение педагогического тестирования по методике отбора и перевода спортсменов на тренировочный этап подготовки в соответствии с нормативами Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта»
44	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 9.2. раздела 9.
45	Тема 9.2. Разноуровневые задания творческого уровня «Создание презентации курсовой работы» (является обязательным)
46	Сдача зачета/ экзамена

№	Примерные виды текущего контроля
1	Посещение занятий
2	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 8.1 раздела 8.
3	Тема 8.1. Разноуровневые задания творческого уровня «Тестирование общей физической и специальной подготовленности в группах на различных этапах многолетней подготовки»
4	Тема 8.1. Контрольная работа «Характеристика системы многолетней подготовки лыжников на основе Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта»
5	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 8.2, 8.3 раздела 8.
6	Тема 8.3. Контрольная работа «Определение индивидуальных показателей зон интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок лыжников»
7	Тема 8.3. Разноуровневые задания творческого уровня «Распределение спортивной нагрузки различного биоэнергетического содержания в процессе тренировочного цикла на этапах многолетней подготовки»
8	Тема 8.3. Контрольная работа «Динамика энергетических режимов в соревновательной деятельности на пересеченном рельефе и на различных по длине дистанциях»
9	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 8.4 раздела 8.
10	Тема 8.4. Лабораторная работа № 39 «Тестирование восстановительных способностей лыжников в полевых условиях»
11	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 8.5 раздела 8.
12	Тема 8.5. Доклад «Модельные характеристики лыжника по научно-методическим публикациям»

13	Тема 8.5. Лабораторная работа № 37 «Прогнозирование спортивного результата»
14	Тема 8.5. Лабораторная работа № 38 «Косвенная оценка биоэнергетического обеспечения соревновательной деятельности»
15	Тема 8.5. Разноуровневые задания творческого уровня «Основные модельные характеристики рельефа лыжных трасс основных соревнований»
16	Тема 8.5. Разноуровневые задания творческого уровня «Моделирование тактических действий в различных соревновательных дисциплинах»
17	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по теме: 8.6 раздела 8.
18	Тема 8.6. Разноуровневые задания творческого уровня «Модельные характеристики соревновательной деятельности лыжников на этапе высшего спортивного мастерства»
19	Тема 8.6. Разноуровневые задания творческого уровня «Модельные характеристики уровня функциональной подготовленности лыжников»
20	Тема 8.6. Лабораторная работа № 35 «Методика планирования нагрузки по периодам годичного цикла тренировки лыжников» (этап совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства)
21	Тема 8.6. Разноуровневые задания творческого уровня «Моделирование различных по продолжительности структурных образований тренировочного процесса»:
22	«Разработка оперативного плана на микроцикл» (этап высшего спортивного мастерства)
23	«Разработка текущего плана на отдельный этап годичного цикла» (этап совершенствования спортивного мастерства)
24	«Разработка модели тренировочной программы на тренировочной макроцикл » (этап совершенствования спортивного мастерства)
25	Тема 8.6. Лабораторная работа № 36 «Оценка динамики соотношения средств тренировки на различных этапах многолетней подготовки» (этап совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства)
26	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 8.7, 8.8 раздела 8.
27	Тема 8.7. Доклад «Воспитание личностных качеств лыжника-гонщика в процессе многолетней подготовки. Мотивация спортивной деятельности спортсменов»
28	Тема 8.8. Сообщение «Приоритетные направления профессиональной деятельности тренера по лыжным гонкам. Современный тренер»
29	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по темам: 9.3, 9.4 раздела 9.
30	Темы 9.3, 9.4. Доклад по теме выпускной квалификационной работы на кафедральной конференции «Студенческая наука» (является обязательным)
31	Тема 9.3. Доклад «Характеристика содержания составных частей выпускной квалификационной

	работы»
32	Тема 9.4. Доклад с презентацией «Представление материала по теме выпускной квалификационной работы»
33	Сдача зачета/ экзамена

5.2. Примерный перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Теория и методика лыжного спорта»

Примерные вопросы к зачету/экзамену

Вопросы и задания для промежуточной аттестации

студентов 1 курса

Тема 1.1.: Зарождение и развитие лыжных гонок, как олимпийского вида спорта

1. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта.
2. Этапы развития олимпийских дисциплин лыжных гонок.
3. Динамика олимпийской программы в соревнованиях мужчин и женщин.
4. Лыжные гонки – наиболее популярный в мире зимний олимпийский вид спорта.
5. Характеристики новых олимпийских дисциплин лыжных гонок.
6. Режим проведения, особенности организации и судейства соревнований в индивидуальном и командном спринтах, в лыжной комбинации – дуатлоне, скиатлоне.
7. Спортивные достижения национальной команды лыжников на зимних Олимпийских играх и чемпионатах мира.

Тема 1.2.: Использование занятий лыжами как средство развития организма и оздоровления населения

8. Биологические закономерности процесса оздоровления человека, занимающегося лыжами.

9. Использование при передвижении на лыжах естественных целебных оздоровительных факторов природной среды.

10. Уникальность территориально-климатических условий нашей страны для повсеместных занятий лыжами как национальным средством оздоровления населения разного возраста и уровня подготовленности, включая лиц с ограниченными возможностями.

11. Условия организации и деятельность самодеятельных объединений лыжников-ветеранов.

12. Физиологические параметры и продолжительность оздоровительной нагрузки на лыжах.

Тема 1.3.: Организация и содержание лыжной подготовки дошкольников, школьников, учащейся молодёжи и военнослужащих

13. Методика обучения дошкольников простейшим упражнениям на лыжах.

14. Содержание государственных программ по лыжной подготовке школьников младшего, среднего и старшего возрастов.

15. Внеклассная и внешкольная физическая подготовка с использованием лыж.

16. Программный материал по лыжной подготовке для студентов спортивного, основного и специального отделений, для военнослужащих.

17. Организация и содержание работы лыжных секций для школьников и студентов.

Тема 1.4.: Лыжная подготовка в системе физкультурно-спортивного воспитания – ГТО

18. Условия организации и содержание деятельности проекта ГТО.

19. Особенности проведения соревнований по комплексу ГТО в зимний период с учётом уровня подготовленности, возраста и пола занимающихся.

Тема 1.5.: Оздоровительная работа лыжной направленности среди лиц с ограниченными возможностями

20. Эффективность использования занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов.

21. Методика дозирования оздоровительной нагрузки на лыжах с учётом характера заболевания.

Тема 2.1.: Свойства снега

22. Специфика внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжном спорте.

23. Общая характеристика явлений природы, воздействующих на структуру снежного покрова.

Тема 2.2.: Характеристика условий скольжения

24. Понятие о коэффициентах трения скольжения и трения сцепления лыж со снегом.

25. Вариативность условий скольжения в различных погодных условиях.

26. Наиболее выраженные разновидности условий скольжения.

27. Зависимость скорости передвижения на лыжах от условий скольжения.

28. Способы тестирования качества скольжения и сцепления лыж со снегом.

29. Зависимость коэффициента трения скольжения лыж от скорости передвижения в различных погодных условиях.

30. Современная методика тестирования качества скольжения лыж на соревновательной скорости.

Тема 3.1.: Классификация способов передвижения на лыжах, основы техники

31. Основные двигательные действия лыжника.

32. Суть понятий техническая подготовка и техническая подготовленность, отличия друг от друга.

33. Способы передвижения на лыжах на различном рельефе и при изменении условий скольжения.

34. Классификация способов передвижения на лыжах.

35. Лыжные ходы как основа техники лыжника, признаки их классификации.

36. Причины внедрения в физкультурно-спортивную практику коньковых лыжных ходов.

37. Техника подъёмов, спусков, поворотов, торможений, преодоления неровностей.

38. Обоснование разделения соревновательных упражнений лыжника по стилю передвижения: классический и свободный.

Тема 4.1.: Научно-методические основы обучения двигательным действиям

39. Основы обучения двигательному действию, закономерности образования двигательного навыка.

40. Характерные признаки первого, второго и третьего этапов обучения, их взаимосвязь.

41. Методы и принципы воспитывающего обучения технике передвижения на лыжах.

Тема 4.2.: Овладение лыжным инвентарём, освоение снежной среды

42. Особенности подготовки к изучению техники способов передвижения на лыжах.

43. Общая характеристика упражнений для выработки у лыжников чувства лыж и снега, а также равновесия на скользящей опоре.

44. Методика обучения основам техники попеременного двухшажного классического хода в полной координации с акцентом на скольжении, отталкивании ногой и разноименной рукой.

**Тема 4.3.: Техническая подготовка лыжника-гонщика в
бесснежный период**

45. Техническая подготовка лыжника в бесснежный период.

**Тема 4.4.: Подготовка мест занятий, обеспечение безопасности
занимающихся**

46. Специфика подготовки мест занятий в естественных природных условиях на различных этапах обучения.

47. Требования к обеспечению безопасности занимающихся.

48. Основные причины возникновения травм в лыжном спорте, меры их предупреждения.

**Тема 4.5.: Начальное обучение и методика закрепления
спортивной техники способов передвижения на лыжах**

49. Последовательность начального обучения способам передвижения на лыжах.

50. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.

51. Формы организации и проведения занятий по лыжной подготовке.

52. Методика коррекции содержания занятий на лыжах при неблагоприятных погодных условиях.

53. Структура урока/занятия по лыжной подготовке, характеристика его частей.

54. Конспект урока/занятия как форма непосредственной подготовки к его проведению.

55. Методика обучения на этапе закрепления техники способов передвижения на лыжах.

56. Рациональный выбор способа передвижения на лыжах как внешний признак закрепления технического навыка.

57. Практическая реализация принципов обучения на втором этапе формирования двигательного навыка.

58. Общая характеристика подвижных игр и игровых упражнений на лыжах.

59. Требования к организации, проведению и подведению итогов подвижных игр на лыжах.

Тема 5.1.: Классификация лыжных соревнований

60. Классификация международных и всероссийских соревнований.

61. Основные виды соревнований в лыжных гонках и их характеристика.

Тема 5.2.: Документы планирования и проведения соревнований

62. Основные положения правил соревнований по лыжному спорту.

63. Основные документы планирования и проведения соревнований.

64. Требования к подготовке протоколов старта и результатов соревнований в различных соревновательных дисциплинах.

65. Возрастные категории участников соревнований по лыжным гонкам.

Тема 5.3.: Общие требования к проведению и судейству соревнований

66. Динамика численного состава главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по лыжным гонкам разной категории.

67. Общая характеристика функциональных обязанностей различных судейских бригад.

68. Виды жеребьёвки и методика её проведения, подготовка стартового протокола соревнований с интервальным стартом.

69. Функциональные обязанности главного судьи, секретаря и начальника трасс при проведении простейших зачётно-нормативных соревнований.

70. Электронно-компьютерное обеспечение судейства соревнований в лыжном спорте.

71. Примерный состав главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по лыжным гонкам 2-й категории.

72. Специфика организации и проведения массовых соревнований по лыжным гонкам, деятельность различных служб.

Тема 5.4.: Способы определения личных и командных результатов в различных соревновательных дисциплинах

73. Способы подведения результатов в индивидуальных и командных соревнованиях по лыжным гонкам.

74. Определение результатов в соревнованиях с интервальным и общим стартом, в традиционных эстафетах, в индивидуальном и командном спринтах.

75. Методика оперативного расчёта промежуточных и итоговых результатов соревнований лыжников.

Тема 6.1.: Эволюция снаряжения лыжников-гонщиков

76. Основные этапы совершенствования лыжного инвентаря.

77. Конструктивные характеристики и упругие свойства классических и коньковых лыж.

78. Совершенствование конструкции лыжных креплений.

79. Эволюция деталей лыжной палки.

**Вопросы и задания для промежуточной аттестации
студентов 2 курса**

**Тема 1.6.: Организация и управление физкультурно-спортивной
деятельности в сфере лыжных гонок**

1. Государственное, общественное, государственно-общественное руководство лыжной отраслью, их взаимодействие.
2. Федерация лыжных гонок России – ведущая организационная структура управления развитием лыжных гонок как олимпийским видом спорта и национальным средством оздоровления населения.
3. Структура и основные направления деятельности федерации.
4. Взаимодействие национальных органов управления лыжной отраслью с международными.
5. Бюджетные и внебюджетные источники финансового обеспечения всестороннего развития лыжного спорта.
6. Источники финансового обеспечения деятельности Федерации лыжных гонок России.
7. Олимпийский комитет России, основные даты и деятельность.
8. Федеральный стандарт, как документ регламентирующий тренировочную деятельность организаций.
9. Финансовое обеспечение соревнований по лыжным гонкам, основные статьи расходов.

**Тема 2.3.: Рельеф, подготовка, профилирование и гомологация
лыжных трасс**

10. Понятия лыжная трасса и дистанция, принципиальные различия.
11. Классификация лыжных трасс на равнинные, слабопересеченные, пересеченные и сильнопересеченные.
12. Классификация лыжных трасс по показателям рельефа.
13. Основные требования для подготовки лыжных трасс для разных стилей передвижения.

14. Основные характеристики рельефа лыжной трассы.
15. Подъёмы разной категории и их характеристика.
16. Характеристики лыжной трассы для различных стилей передвижения.
17. Процедура проведения гомологации лыжной трассы.
18. Методика расчёта показателей, характеризующих рельеф лыжных трасс.
19. Сочетание компонентов рельефа на различных лыжных трассах.
20. Правила и методика построения профиля лыжной трассы.
21. Методика тестирования коэффициента скоростности лыжной трассы, коррекция, в случае необходимости, нормативно-зачётных результатов состязаний, проводимых в сложных погодных условиях.
22. Специфика выбора местности под лыжные трассы для различного контингента занимающихся.

Тема 3.2.: Кинематические показатели спортивной техники лыжника-гонщика

23. Важнейшие кинематические характеристики техники.
24. Факторы воздействия на кинематическую структуру движений лыжника.
25. Методика измерения и расчёта основных кинематических показателей.
26. Кинематические критерии технического мастерства спортсмена.
27. Оптимальное сочетание длины и частоты шагов как составляющих скорости передвижения на лыжах.

Тема 3.3.: Динамические характеристики способов передвижения на лыжах

28. Важнейшие динамические характеристики техники, подразделения на внутренние и внешние.

29. Динамическая структура двигательной деятельности в лыжном спорте.

30. Причины вариативности основных динамических показателей техники.

31. Динамические, функциональные критерии технического мастерства спортсмена.

Тема 3.4.: Системно-структурный анализ спортивной техники лыжника-гонщика

32. Методика системно-структурного анализа техники передвижения на лыжах.

33. Особенности кинематических и динамических характеристик в коньковых и классических лыжных ходах.

34. Фазовый состав одновременных классических лыжных ходов.

35. Фазовая структура попеременного двухшажного классического хода.

36. Фазовый состав одновременных коньковых лыжных ходов.

37. Фазовый анализ техники коньковых лыжных ходов.

38. Динамика структуры движений в классических и коньковых лыжных ходах на подъёмах разной крутизны и с изменением условий скольжения.

39. Причины высокой вариативности техники передвижения на лыжах.

40. Принципиальные отличия структуры движений в коньковых и классических лыжных ходах.

41. Степень соответствия фазовой структуры в специально-подготовительных средствах с передвижением на лыжах.

Тема 4.6.: Совершенствование технического мастерства в бесснежный период и на снегу

42. Какие задачи решаются в бесснежный период.

43. Основные средства и методические указания, применяемые в бесснежный период.

44. Характерные особенности техники специальных средств бесснежной подготовки лыжника.

45. Значение и вклад технической подготовки в обеспечение спортивных достижений лыжников разной квалификации.

46. Экономичность как высшая цель технического совершенствования в лыжном спорте.

47. Методика тестирования экономичности техники лыжника в лабораторных и естественных природных условиях.

48. Пульсовая стоимость – наиболее доступный для регистрации в полевых условиях и достаточно информативный показатель экономичности движений лыжника.

49. Динамика двигательного потенциала и эффективности его использования на разных этапах обучения.

50. Техническое мастерство как достижение наибольшего соответствия между двигательным потенциалом лыжника и эффективность его использования.

51. Современные инновационные технологии совершенствования технического мастерства лыжников.

52. Динамика экономичности двигательной деятельности лыжников разной квалификации.

Тема 5.5.: Рейтинговая оценка соревновательной деятельности

53. Определение результатов в многодневных соревнованиях по лыжным гонкам.

54. Способы подведения результатов командных и серии кубковых соревнований по лыжному спорту.

55. Дифференцированный подход к выбору способа подсчёта командных результатов в различных соревнованиях.

56. Методика расчёта эквивалентных результатов на нестандартных по длине дистанциях в циклических средствах бесснежной подготовки.

57. Использование принципа эквивалентности при перерасчёте результатов соревнований на нестандартных по длине дистанциях в передвижении на лыжах с учётом стиля передвижения и принадлежности к полу.

58. Специальные способы оценки результатов соревнований лыжников-ветеранов.

59. Универсальный относительный временной гандикап, принятый в мировой практике соревнований лыжников старшего возраста.

60. Методика подготовки единого для мужчин и женщин протокола результатов соревнований лыжников-ветеранов разного возраста.

61. Причины возможных отклонений в длине соревновательных дистанций от принятых в лыжном спорте стандартов.

Тема 5.6.: Принципы разработки спортивных классификационных норм и требований по лыжным гонкам

62. Выполнение классификационных нормативов постепенно возрастающего уровня – основной мотив и стимул для регулярных занятий и целенаправленного спортивного совершенствования в лыжном спорте.

63. Значение ЕВСК в поиске одаренностей и спортивных талантов в лыжном спорте.

64. Оптимальный возраст лыжников по выполнению разрядных норм и требований ЕВСК, временная продолжительность достижения различных ступеней.

65. Принципы разработки классификационных нормативов по лыжному спорту.

Тема 6.2.: Характеристика современного инвентаря, обуви и одежды лыжников-гонщиков

- 66. Конструктивные характеристики и упругие свойства классических и коньковых лыж.
- 67. Инновации в изготовлении обуви и одежды лыжника.
- 68. Конструктивные особенности коньковых, классических и универсальных лыжных ботинок.
- 69. Требования к одежде лыжника при занятиях/соревнованиях в различных природно-климатических условиях.
- 70. Особенности новых моделей снаряжения лыжника.

Тема 6.3.: Подготовка лыж с учётом индивидуальных особенностей спортсмена и условий проведения соревнования

- 71. Рекомендации по технике безопасности при использовании современных лыжных мазей и парафинов различной консистенции.
- 72. Факторы, влияющие на выбор лыжных мазей и парафинов.
- 73. Технология нанесения структуры на скользящую поверхность лыжи, наиболее распространенные формы структур в различных погодных условиях.
- 74. Специфика подготовки (смазки) классических лыж, требования к определению длины колодки.
- 75. Особенности подготовки коньковых лыж.
- 76. Методика визуальной и инструментальной оценки качества подготовки лыж.
- 77. Классификация современных лыжных мазей и парафинов.
- 78. Приспособления, используемые при подготовке лыж.
- 79. Анализ регистрируемых в дневнике погодных условий и варианта смазки лыж — основа овладения искусством качественной подготовки лыж для всего многообразия внешних условий.

Тема 6.4.: Спортивные лыжные сооружения, базы, комплексы, центры

80. Требования к выбору местности для строительства лыжной базы.

81. Оборудование лыжной базы как простейшего спортивного сооружения для лыжников.

82. Современные лыжные трассы как сложные инженерные сооружения, оборудование трасс техническими средствами срочной информации.

83. Лыжные и лыжероллерные трассы – основные спортивные сооружения в лыжных гонках.

84. Требования к оборудованию лыжного стадиона.

85. Архитектурно-строительные особенности лыжного центра / комплекса.

86. Оборудование лыжных туннелей с искусственным снегом и котлованом для консервирования естественного снега.

Тема 7.1.: Система спортивной подготовки лыжников-гонщиков

87. Компоненты спортивной подготовки лыжника.

88. Основные закономерности построения и развертывания спортивно-тренировочного процесса.

89. Спортивная тренировка как педагогический процесс.

90. Биологическая сущность тренировки.

91. Взаимосвязь педагогических и биологических аспектов тренировки.

92. Формирование спортсмена как личности и повышение его работоспособности – основные критерии эффективности спортивной тренировки.

93. Биологические закономерности становления, развития и сохранения спортивного мастерства.

Тема 7.2.: Основные принципы спортивной подготовки лыжников-гонщиков

94. Общее количество наиболее важных принципов спортивной подготовки лыжников и краткая их характеристика.

95. Характеристика принципа углубленной спортивной специализации. Главная цель данного принципа.

96. Принцип волнообразности, что он характеризует. Причины неизбежных колебаний нагрузки.

97. Обусловленность непрерывности тренировочного процесса и основные положения.

98. Единство постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам. Основные направления интенсификации тренировочного процесса и средние показатели на различных этапах.

99. Направленность к неуклонно возрастающим спортивным достижениям. Характеристика принципа, следствия реализации данного принципа.

101. Единство и взаимосвязь структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности. Основы данного принципа и его главное условие.

102. Цикличность построения спортивной подготовки. Понятие цикличности. Основные преимущества построения подготовки на основе циклов.

103. Единство тренировочного процесса и соревновательной деятельности с внутренировочными факторами. Положения достижения прироста результативности.

104. Характеристика принципа взаимообусловленности эффективности тренировочного и соревновательного процессов и профилактики спортивного травматизма.

Тема 9.1.: Зарождение и развитие прикладных научных исследований в лыжных гонках

105. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в лыжных гонках.
106. Требования для создания проекта курсовой работы.
107. Методика выбора темы и обоснования её актуальности.
108. Методика анализа литературных источников, включая интернет источники.
109. Методика составления списка литературы в соответствии с требованиями ГОСТа.

Вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 3 курса

Тема 7.3.: Средства спортивной подготовки лыжников-гонщиков

1. Признаки классификации упражнений, используемых в подготовке лыжников.
2. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений лыжника.
3. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.

Тема 7.4.: Методы тренировки лыжников-гонщиков

4. Сочетание нагрузки и отдыха как структурная основа методов тренировки.
5. Содержание равномерного метода, специфика его воздействия на организм.
6. Характеристика двигательно-функциональной деятельности лыжника в переменной тренировке.
7. Направленность воздействий на организм и специфика выполнения упражнений повторным и интервальным методами.

8. Наивысший по специфичности тренирующий эффект контрольного и соревновательного методов.

9. Содержание и организация игровых и круговых тренировок.

10. Планирование соотношения многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.

**Тема 7.5.: Техническая, тактическая, психологическая
подготовка лыжника-гонщика, их взаимосвязь**

11. Задачи технической подготовки, ее вклад в становление спортивного мастерства лыжника.

12. Оптимальная тактика соревновательной деятельности лыжников с учётом длины дистанции и стиля передвижения.

13. Специфика реализации тактической подготовленности в многотуровых соревнованиях индивидуального и командного спринтов.

14. Тактика распределения сил в различных соревнованиях с общего старта (масс-старт).

15. Характерные психологические состояния лыжника, способы настройки, мобилизации, снятия напряжения.

16. Методические приёмы обеспечения различных видов подготовки в многолетнем тренировочном процессе.

17. Средства и методы технической подготовки лыжника.

**Тема 7.6.: Классификация нагрузок, применяемых в подготовке
лыжников-гонщиков**

18. Показатели, характеризующие «внешнюю» сторону физической нагрузки.

19. «Внутренняя» физическая нагрузка как проявление функциональных изменений в организме лыжника.

20. Признаки классификации нагрузки по специализированности, направленности и величине.

21. Характерные для лыжных гонок сложности в оценке интенсивности физической нагрузки по скорости.
22. Распределение нагрузки по зонам интенсивности.
23. Признаки восстанавливающих, поддерживающих, развивающих физических нагрузок в лыжном спорте.
24. Методика анализа физических нагрузок по пульсограммам, оценка её биоэнергетической направленности.

Тема 7.7.: Физическая подготовка лыжника-гонщика

25. Общая и специальная физическая подготовка лыжников разной квалификации.
26. Преимущественная направленность тренировок, преобладающие физические нагрузки у лыжников на различных этапах спортивной подготовки.
27. Взаимосвязь уровня физической подготовленности лыжника с технико-тактической и психологической подготовкой.
28. Нормирование средств общей и специальной физической подготовки лыжников разной квалификации.
29. Методические приёмы обеспечения физической подготовки в многолетнем тренировочном процессе.
30. Методика развития физических качеств: выносливости, силы, быстроты, гибкости, ловкости.
31. Сила как физическое качество человека.
32. Быстрота как физическое качество человека.
33. Выносливость как физическое качество человека.
34. Гибкость как физическое качество человека.
35. Ловкость как физическое качество человека.

**Тема 7.8.: Организация и проведение тренировочных занятий
различной направленности**

36. Особенности проведения тренировочного занятия по развитию силы.

37. Особенности проведения тренировочного занятия по развитию быстроты.

38. Особенности проведения тренировочного занятия по развитию выносливости.

39. Особенности проведения тренировочного занятия по развитию гибкости.

40. Особенности проведения тренировочного занятия по развитию ловкости.

**Тема 7.9.: Разновидности тренировочных эффектов нагрузки и
соответствующие им виды контроля**

41. Характер и глубина изменений в организме как проявление тренировочного эффекта нагрузки.

42. Разновидности тренировочного эффекта: срочный, отставленный, кумулятивный.

43. Факторы и условия, определяющие срочный тренировочный эффект одного занятия.

44. Состояние организма после нескольких занятий как проявление отставленного тренировочного эффекта.

45. Кумулятивный тренировочный эффект – это реакция организма на относительно законченный блок тренировочных занятий.

46. Виды контроля за состоянием лыжника.

47. Оперативный контроль как проявление срочного тренировочного эффекта.

48. Задачи текущего контроля за состоянием лыжника.

49. Этапный контроль за процессами долговременной адаптации организма.

50. Педагогические методы контроля.

51. Медико-биологические методы контроля за функциональным состоянием организма, уровнем физической работоспособности и состоянием здоровья лыжника.

52. Психологические методы контроля за формированием личности спортсмена.

53. Лабораторные методы контроля за подготовленностью лыжника.

54. Назначение и содержание спортивного дневника у лыжников разной квалификации.

55. Методика анализа материалов спортивного дневника.

56. Использование данных учёта и контроля выполненной тренировочной нагрузки, анализа спортивных результатов в планировании дальнейшей подготовки.

57. Реализация материалов самоконтроля как проявление срочного тренировочного эффекта и оперативного контроля за состоянием лыжника.

Тема 7.10.: Структура подготовки лыжников-гонщиков в течение года

58. Спортивная форма и фазовый её характер.

59. Структура и содержание годового макроцикла тренировки квалифицированных лыжников. Распределение нагрузки по периодам и этапам.

60. Особенности планирования структуры и содержания тренировки на различных этапах многолетней подготовки.

61. Характерные особенности развивающего, поддерживающего, восстанавливающего типов микроциклов в тренировке лыжников.

62. Восстановительно-втягивающий, общеподготовительный, специально-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный типы мезоциклов в подготовке лыжников.

63. Сезонность как главная специфика лыжного спорта.

64. Структура годичного тренировочного цикла в лыжном спорте.

65. Продолжительность подготовительного, соревновательного и переходного периодов у лыжников разной квалификации.

66. Задачи, средства и методы общеподготовительного и специально-подготовительного этапов подготовительного периода тренировки.

67. Задачи, средства и методы соревновательного периода тренировки.

68. Характеристика переходного периода тренировки лыжников.

69. Основные задачи и направления работы с начинающими лыжниками.

70. Примерные показатели физической нагрузки в годичном цикле подготовки для начинающих лыжников.

71. Планирование тренировки начинающего лыжника.

72. Структура и содержание макро-, мезо- и микроциклов тренировочной и соревновательной деятельности.

Тема 7.11.: Оперативное, текущее и перспективное планирование спортивной тренировки в лыжных гонках

73. Общая характеристика оперативного, текущего и перспективного планирования спортивной тренировки в лыжном спорте.

74. Разновидности текущего планирования тренировки в лыжном спорте.

75. Варианты перспективного планирования тренировки в лыжном спорте.

76. Методика построения оперативного, текущего и перспективного плана тренировки лыжников на различных этапах спортивной подготовки.

**Тема 7.12.: Динамика соотношения средств и методов
тренировки на этапах спортивной подготовки**

77. Динамика соотношения основных, специально-подготовительных, общеподготовительных средств в процессе многолетней подготовки.

78. Специфика практической реализации многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.

**Тема 7.13.: Методика отбора и спортивной ориентации
перспективных спортсменов на этапах спортивной подготовки**

79. Задачи и содержание этапов отбора в лыжном спорте.

80. Методологические подходы и современные методы диагностики спортивной одарённости и прогноза достижений спортсменов.

81. Система отбора на различных этапах многолетней спортивной подготовки на основе педагогических, психологических, социологических и медико-биологических методах исследований.

82. Виды и задачи отбора: спортивный отбор, спортивная ориентация, спортивная селекция.

83. Модельные характеристики различных сторон подготовленности спортсменов. Технология отбора по диагностике всех сторон подготовленности в соответствии с системной структурной модели спортсмена.

84. Этапы спортивного отбора. Система отбора в спортивную школу.

Тема 9.2.: Требования к курсовой работе, методика выполнения

85. Отличительные признаки фундаментальной и прикладной науки.

86. Основные направления научных исследований в лыжном спорте.

87. Последовательность выполнения научно-исследовательских работ.

88. Педагогические, биомеханические, биохимические, физиологические, психологические, математические методы исследования в лыжном спорте.

Вопросы и задания для промежуточной аттестации

студентов 4 курса

Тема 8.1.: Система многолетней спортивной подготовки

лыжников-гонщиков

1. Система многолетней подготовки юных лыжников в спортивных школах.
2. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность спортивных школ.
3. Этапы многолетней подготовки по Федеральному стандарту спортивной подготовки по видам лыжного спорта.
4. Минимальный возраст занимающихся для зачисления на этапы спортивной подготовки.
5. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в лыжном спорте.
6. Динамика наполняемости учебных групп и объема учебно-тренировочных занятий в процессе многолетней подготовки лыжников в спортивных школах.
7. Содержание и требования Федерального стандарта спортивной подготовки по видам лыжного спорта для спортивных школ.
8. Преимущественная направленность учебно-тренировочных занятий, примерные показатели объема циклической нагрузки и количества соревнований на разных этапах многолетней подготовки.
9. Содержание теоретических занятий, требования по инструкторской практике для лыжников, занимающихся в спортивных школах.

10. Критерии оценки деятельности спортивных школ на разных этапах многолетней подготовки лыжников.

**Тема 8.2.: Возрастные закономерности индивидуального
биологического развития – основа построения многолетней
подготовки лыжников-гонщиков**

11. Возрастные закономерности биологического развития – основа построения многолетней тренировки лыжников.

12. Достижение биологической зрелости с вступлением лыжников на заключительный этап подготовки – высшего спортивного мастерства.

13. Возрастная динамика работоспособности внутренних органов, развития двигательных качеств, формирования мышечной массы лыжников.

14. Генетическая обусловленность исходного энергетического потенциала и перспективы дальнейшего совершенствования метаболических процессов у лыжников.

15. Влияние биологического возраста на функционально-двигательную подготовленность юных лыжников.

16. Фазы биологического развития в процессе многолетних занятий лыжным спортом.

17. Индивидуальная вариативность темпов биологического созревания лыжников.

18. Влияние биологического возраста на функционально-структурные изменения в организме, динамику показателей физического развития лыжников.

19. Характерные признаки проявления степени биологической зрелости лыжников.

20. Оптимальные зоны биологической зрелости для направленного развития приоритетных для лыжников двигательных качеств.

21. Вариативность возрастного развития двигательной функции как основа овладения техникой передвижения на лыжах в процессе многолетней подготовки.

22. Генетическая предрасположенность к высшим спортивным достижениям в лыжном спорте.

23. Приоритетные положения о генетическом потенциале резервов организма.

24. Реализация генетического потенциала лыжников на основе индивидуализации подготовки.

25. Фазовая структура естественного биологического цикла организма лыжниц.

26. Учёт характера протекания биологического цикла в подготовке лыжниц.

27. Методика коррекции тренировочной нагрузки лыжниц при отклонениях в физиологичности биологического цикла.

28. Использование анкетирования и дневника тренировок для получения первичных сведений о характере течения биологического цикла у лыжниц.

Тема 8.3.: Последовательность, методы и средства развития специфичных для лыжников-гонщиков биоэнергетических режимов в процессе многолетней тренировки

29. Специфика биоэнергетического обеспечения соревновательной деятельности лыжников на равнинной, слабопересечённой, пересечённой и сильнопересечённой трассе.

30. Биоэнергетические процессы, обеспечивающие соревновательную деятельность высококвалифицированных лыжников на различных по длине дистанциях.

31. Схема последовательности использования нагрузок различного биоэнергетического обеспечения в процессе многолетней спортивной подготовки лыжников.

32. Соотношение тренировочных нагрузок различной биоэнергетической направленности в годичном цикле на этапах I и IV многолетней подготовки лыжников.

33. Дозирование нагрузки по мощности и ёмкости конкретного биоэнергетического источника.

34. Средства и методы тренировки, обеспечивающие развитие аэробных возможностей занимающихся.

35. Развитие анаэробных возможностей лыжников, вступивших в заключительный этап многолетней подготовки.

36. Классификация средств по принципу преимущественного воздействия на избирательное совершенствование конкретных физических качеств.

37. Характерные средства совершенствования общей и специальной выносливости лыжника.

38. Силовая выносливость, как способность длительное время поддерживать оптимальные для лыжника силовые показатели при динамическом режиме работы мышц.

39. Физиологическая основа долговременной адаптации организма лыжника-гонщика к специфическим тренировочно-соревновательным нагрузкам.

Тема 8.4.: Средства восстановления и повышения работоспособности лыжников-гонщиков в системе многолетней подготовки

40. Физиологические закономерности развития процесса утомления – главная причина перестройки функций организма лыжников.

41. Физиологические фазы, которые выделяют в динамике работоспособности организма при восстановлении после выполненной нагрузки.

42. Основные группы средств восстановления лыжника.

43. Педагогические средства восстановления лыжника.

44. Медико-биологические средства восстановления.

45. Психологические средства восстановления.

46. Показатель, характеризующий скорость восстановительных процессов в организме лыжника.

47. Методика тестирования и оценки восстановительных способностей лыжников в лабораторных и полевых условиях.

48. Дополнительные факторы, повышающие эффективность тренировочной и соревновательной деятельности в лыжном спорте.

Тема 8.5.: Модельные характеристики соревновательной деятельности в дисциплинах лыжных гонок

49. Основные направления моделирования в видах лыжного спорта.

50. Модели соревновательной деятельности в видах лыжного спорта.

51. Индивидуальное моделирование соревновательной деятельности на этапе высшего спортивного мастерства.

52. Прогнозирование спортивного результата в различных дисциплинах лыжного спорта.

53. Основные модельные характеристики рельефа лыжных трасс предстоящих основных соревнований сезона.

54. Модели приоритетных способов передвижения на лыжах на различном рельефе лыжных трасс.

55. Моделирование технико-тактических соревновательных действий лыжника.

56. Моделирование соревновательной тактики раскладки сил на различных дистанциях.

57. Модели тактических действий победителей Олимпийских игр, чемпионатов и Кубков мира при раздельном, общем и групповом видах старта.

Тема 8.6.: Модельные характеристики уровня функциональной подготовленности и модели тренировочных программ на этапах многолетней подготовки лыжников-гонщиков

58. Модели, характеризующие уровень подготовленности лыжника.

59. Физиологические модели соотношения различных источников энергетического обеспечения мышечной деятельности.

60. Модели компонентов функциональной подготовленности лыжников.

61. Максимальное потребление кислорода у лыжников. Методы определения.

62. Оценка аэробных возможностей спортсмена.

63. Абсолютные и относительные показатели ЧСС, соответствующие порогам аэробного ($\text{ЧСС}_{\text{АэП}}$) и анаэробного ($\text{ЧСС}_{\text{АнП}}$) обменов.

64. Аэробный и анаэробные источники энергообеспечения двигательной деятельности лыжника.

65. Тенденции роста спортивных достижений в лыжном спорте и определяющие их факторы.

66. Модельные характеристики функциональных возможностей лыжников разной квалификации.

67. Спортивный стаж и возрастные границы зоны высших спортивных достижений. Тенденции в динамике возраста сильнейших лыжников мира.

68. Перспективы специализации лыжников по стилю соревновательного упражнения и длине дистанции.

69. Особенности функционирования организма лыжника на пересеченном рельефе в соревнованиях классическим и свободным стилями на дистанциях различной длины.

70. Модели тренировочных программ подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

71. Моделирование различных по продолжительности структурных образований тренировочного процесса.

72. Варианты планирования спортивной тренировки лыжников на III и IV этапах подготовки.

73. Модели динамики общего объёма циклической нагрузки в различных средствах и зонах интенсивности на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства (перспективное планирование).

74. Модели текущего планирования годичного цикла тренировок высококвалифицированных лыжников на этапе высшего спортивного мастерства.

75. Моделирование тренировочных микроциклов — основа оперативного планирования подготовки лыжников.

Тема 8.7.: Воспитание личностных качеств лыжников-гонщиков

76. Формирование личностных качеств лыжника.

77. Понятие «спортивный характер». Формирование спортивного характера на основе учёта возрастных особенностей психики занимающихся

78. Воспитательная работа на разных этапах многолетней подготовки.

79. Психологическая подготовка лыжника как воспитательный процесс.

**Тема 8.8.: Профессионально-педагогическая деятельность
тренера по лыжным гонкам**

80. Значение личности тренера в формировании нравственности лыжника.

81. Приёмы формирования гармонично развитой личности лыжника в процессе многолетней подготовки.

**Тема 9.3.: Требования к выпускной квалификационной работе,
методика выполнения**

82. Основные направления современных исследований в области теории и методики лыжного спорта.

83. Научно-технический прогресс и перспективы развития лыжного спорта.

84. Основные направления повышения эффективности спортивной подготовки в лыжном спорте.

85. Планирование проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.

86. Научный анализ и применение научных данных в практической деятельности.

87. Основы методологии научного познания в процессе изучения дисциплин учебного плана.

88. Логическая схема научного исследования в рамках написания выпускной квалификационной работы.

89. Методы исследования.

90. Математическая обработка экспериментальных данных, полученных в ходе исследования.

91. Композиционная схема выпускной квалификационной работы.

92. Проведение научного анализа результатов исследований, формулирования и представления обобщения и выводы.

93. Требования к источникам, включенным в раздел «Список литературы».

Тема 9.4.: Порядок защиты выпускной квалификационной работы

94. Основные направления взаимодействия студента с научным руководителем при выполнении выпускной квалификационной работы.

95. Требования к презентации выпускной квалификационной работы.

96. Основные части доклада выпускной квалификационной работы.

97. Основные структурно-содержательные характеристики и требования, предъявляемые к личности выпускника и его квалификационной работе при защите на Государственной Аттестационной Комиссии.

98. Процедура итоговой защиты выпускной квалификационной работы на Государственной Аттестационной Комиссии.

Примерный перечень тем курсовых работ

1. Зарождение и развитие лыжного спорта в России.
2. Этапы развития лыжных гонок как олимпийского вида спорта.
3. Сравнительный анализ высших спортивных достижений лыжников разных стран.
4. Лыжные гонки – эффективное средство оздоровления человека.
5. Инновационные направления методики лыжной подготовки детей, подростков и молодежи.
6. Эффективность использования занятий лыжами для оздоровления взрослого населения.
7. Лыжная подготовка в реабилитации и социальной адаптации инвалидов по слуху и зрению.
8. Методика дозирования оздоровительной нагрузки в передвижении на лыжах с учётом характера заболевания опорно-двигательного аппарата.

9. Коррекция оздоровительной работы лыжной направленности в зависимости от уровня отставания в умственном развитии.
10. Системно-структурный анализ способов передвижения на лыжах как основа достижения технического мастерства.
11. Кинематическая структура движений в коньковых лыжных ходах.
12. Перспективы совершенствования технического мастерства в свободном стиле передвижения.
13. Кинематические характеристики современной техники классических лыжных ходов.
14. Динамические параметры способов передвижения на лыжах.
15. Экономичность двигательной деятельности как основа технического мастерства лыжника.
16. Вариативность двигательной деятельности лыжника в различных условиях скольжения.
17. Динамика кинематических и динамических показателей техники на пересеченном рельефе.
18. Современные методические приёмы обучения технике передвижения на лыжах.
19. Совершенствование технического мастерства в бесснежный период подготовки.
20. Эффективность использования различных тренажеров в технической подготовке лыжников.
21. Специфика реализации закономерностей построения спортивной тренировки в лыжном спорте.
22. Взаимосвязь педагогических и биологических основ тренировки лыжника.
23. Функционально-двигательное обоснование классификации упражнений, используемых в подготовке лыжника.

24. Проблемы нормирования тренировочной нагрузки в лыжном спорте.
25. Зарождение и развитие прикладных научных исследований в лыжном спорте.
26. Экономичность как критерий технического мастерства лыжников.
27. Современные технологии подбора и подготовки лыж с учётом индивидуальных особенностей в технике выполнения способов передвижения на лыжах.
28. Эффективность использования лыжных туннелей с искусственным снегом в бесснежный период подготовки лыжников.
29. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в лыжном спорте.
30. Инновационные направления совершенствования методики тренировки лыжников на разных этапах многолетней подготовки.
31. Построение многолетней тренировки лыжников на основе биологических закономерностей возрастного развития.
32. Возрастная динамика развития основных двигательных качеств лыжника.
33. Генетическая обусловленность исходного энергетического потенциала и перспективы достижения высшего спортивного мастерства в лыжном спорте.
34. Значение адекватных тренирующих воздействий для эффективной реализации природных способностей лыжников.
35. Совершенствование способов оценки спортивной одаренности и перспективности юных лыжников в процессе многолетней подготовки.
36. Учёт характера протекания биологического цикла в подготовке лыжниц.

37. Эффективные направления коррекции тренировочной нагрузки лыжниц при различных отклонениях в физиологичности биологического цикла.
38. Динамика функционально-двигательной подготовленности лыжников в зависимости от биологического возраста.
39. Влияние индивидуальной вариативности темпов биологического созревания на спортивные достижения лыжников.
40. Совершенствование технической подготовленности юных лыжников с учётом естественного возрастного развития двигательной функции.
41. Индивидуализация подготовки квалифицированного лыжника как основа реализации его генетического потенциала.
42. Генетическая обусловленность достижения высшего спортивного мастерства в лыжном спорте.
43. Соотношение развивающих, поддерживающих, восстанавливающих микроциклов в тренировке лыжников разной квалификации.
44. Динамика средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.
45. Особенности реализации технико-тактической подготовленности лыжников в новых олимпийских дисциплинах.
46. Специфика технико-тактической деятельности лыжников в многотуровых соревнованиях индивидуального и командного спринтов.
47. Дифференцированный подход к обеспечению психологической подготовленности лыжников к различным соревновательным дисциплинам.
48. Повышение психологической устойчивости лыжников к неблагоприятным внешним условиям соревновательной деятельности.
49. Методические приёмы формирования гармонично развитой личности лыжника в процессе многолетней подготовки.

50. Эффективные методики профилактики травм у лыжников.
51. Способы ранжирования квалифицированных лыжников.
52. Исторический анализ общей динамики спортивных результатов в лыжном спорте.
53. Тенденции роста спортивных результатов и перспективы совершенствования квалификационных нормативов в лыжном спорте.
54. Инновационные направления повышения соревновательной активности лыжников-ветеранов.
55. Характерные особенности соревновательной деятельности лыжников-участников Паралимпийских игр.
56. Пути совершенствования методики тренировки в лыжном спорте инвалидов различных категорий.
57. Эффективность использования дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности в подготовке лыжников.
58. Специфика биоэнергетического обеспечения соревновательной деятельности на пересеченных лыжных трассах.
59. Динамика метаболических процессов лыжников в зависимости от длины соревновательной дистанции.
60. Последовательность развития специфичных для лыжников биоэнергетических режимов в процессе многолетней подготовки.
61. Модельные характеристики функциональных возможностей лыжников различной квалификации.
62. Анализ возраста лыжников – участников чемпионатов мира и Олимпийских зимних игр.
63. Мотивационная привлекательность лыжного спорта для детей 9-10 лет.
64. Индивидуализация тренировочного процесса юных лыжников.
65. Современные требования к подготовке лыж.

**Примерный перечень тем
выпускных квалификационных работ**

1. Экономичность как критерий технического мастерства лыжников.
2. Современные технологии подбора и подготовки лыж с учётом индивидуальных особенностей в технике выполнения способов передвижения на лыжах.
3. Эффективность использования лыжных туннелей с искусственным снегом в бесснежный период подготовки лыжников.
4. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в лыжном спорте.
5. Инновационные направления совершенствования методики тренировки лыжников на разных этапах многолетней подготовки.
6. Построение многолетней тренировки лыжников на основе биологических закономерностей возрастного развития.
7. Возрастная динамика развития основных двигательных качеств лыжника.
8. Генетическая обусловленность исходного энергетического потенциала и перспективы достижения высшего спортивного мастерства в лыжном спорте.
9. Значение адекватных тренирующих воздействий для эффективной реализации природных способностей лыжников.
10. Совершенствование способов оценки спортивной одаренности и перспективности юных лыжников в процессе многолетней подготовки.
11. Учёт характера протекания биологического цикла в подготовке лыжниц.
12. Эффективные направления коррекции тренировочной нагрузки лыжниц при различных отклонениях в физиологичности биологического цикла.

13. Динамика функционально-двигательной подготовленности лыжников в зависимости от биологического возраста.
14. Влияние индивидуальной вариативности темпов биологического созревания на спортивные достижения лыжников.
15. Совершенствование технической подготовленности юных лыжников с учётом естественного возрастного развития двигательной функции.
16. Индивидуализация подготовки квалифицированного лыжника как основа реализации его генетического потенциала.
17. Генетическая обусловленность достижения высшего спортивного мастерства в лыжном спорте.
18. Соотношение развивающих, поддерживающих, восстанавливающих микроциклов в тренировке лыжников разной квалификации.
19. Динамика средств и методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.
20. Особенности реализации технико-тактической подготовленности лыжников в новых олимпийских дисциплинах.
21. Специфика технико-тактической деятельности лыжников в многотуровых соревнованиях индивидуального и командного спринтов.
22. Дифференцированный подход к обеспечению психологической подготовленности лыжников к различным соревновательным дисциплинам.
23. Повышение психологической устойчивости лыжников к неблагоприятным внешним условиям соревновательной деятельности.
24. Методические приёмы формирования гармонично развитой личности лыжника в процессе многолетней подготовки.
25. Эффективные методики профилактики травм у лыжников.
26. Способы ранжирования квалифицированных лыжников.

27. Исторический анализ общей динамики спортивных результатов в лыжном спорте.
28. Тенденции роста спортивных результатов и перспективы совершенствования квалификационных нормативов в лыжном спорте.
29. Инновационные направления повышения соревновательной активности лыжников-ветеранов.
30. Характерные особенности соревновательной деятельности лыжников-участников Паралимпийских игр.
31. Пути совершенствования методики тренировки в лыжном спорте инвалидов различных категорий.
32. Эффективность использования дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности в подготовке лыжников.
33. Специфика биоэнергетического обеспечения соревновательной деятельности на пересеченных лыжных трассах.
35. Динамика метаболических процессов лыжников в зависимости от длины соревновательной дистанции.
36. Последовательность развития специфичных для лыжников биоэнергетических режимов в процессе многолетней подготовки.
37. Модельные характеристики функциональных возможностей лыжников различной квалификации.
38. Анализ возраста лыжников – участников чемпионатов мира и Олимпийских зимних игр.
39. Мотивационная привлекательность лыжного спорта для детей 9-10 лет.
40. Индивидуализация тренировочного процесса юных лыжников.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля)

а) Основная литература:

1. Баталов, А. Г. Лабораторный практикум дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта – лыжные гонки» : учебно-методическое пособие / А. Г. Баталов, Т. И. Раменская, М. Е. Бурдина, В. Г. Сенатская. – М. : РГУФКСМиТ, 2017. – 228 с.
2. Грушин, А. А. Спортивная подготовка высококвалифицированных лыжниц-гонщиц на стадии максимальной реализации спортивных достижений : учебное пособие : рек. УМО / А. А. Грушин, А. Г. Баталов. – М. : Физическая культура, 2014. – 106 с.
3. Раменская, Т. И. Лыжные гонки : учебник : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Буки Веди, 2015. – 563 с.
4. Раменская, Т. И. Техническая подготовка лыжников в бесснежный период : учебное пособие : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, М. Е. Бурдина. – М. : ТВТ Дивизион, 2015. – 144 с.

б) Дополнительная литература:

1. Антонова, О. Н. Лыжная подготовка : Методика преподавания : учебное пособие для студентов сред. пед. учеб. завед. / О. Н. Антонова, В. С. Кузнецов. – М. : Academia, 1999. – 208 с.
2. Баталов, А. Г. Таблицы эквивалентных результатов в лыжных гонках / А. Г. Баталов, К. Н. Спиридонов, Н. А. Храмов, А. В. Кубеев. – М. : Физкультура и спорт, 1999. – 503 с.
3. Вяльбе, Е. В. Правила соревнований по лыжным гонкам / Е. В. Вяльбе, И. В. Беломестнов, В. А. Григорьева, Л. В. Голубкова, Г. Г. Кадыков. – М. : ФЛГР, 2014. – 114 с.

4. Гилязов, Р. Г. История возникновения и использования лыжных мазей (обзор) : методическое пособие / Р. Г. Гилязов, М. И Шikuнов. – М. : Физическая культура, 2009. – 82 с.
5. Гилязов, Р. Г. Специализированные лыжные спортивные сооружения : учебно-методическое пособие / Р. Г. Гилязов, М. И Шikuнов. – М. : ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015. – 88 с.
6. Лыжный спорт : учебник [Электронный ресурс] / А. Г. Баталов, Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2013. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
7. Раменская, Т. И. Контрольные вопросы и задания по технической подготовке лыжника-гонщика и определению спортивных результатов в лыжных гонках : методические разработки для преподавателей, студентов, аспирантов, слушателей ВШТ, ФПК Акад. / Т. И. Раменская. – М. : РГАФК, 1996. – 63 с.
8. Раменская, Т. И. Техническая подготовка лыжника / Т. И. Раменская. – М. : Физкультура и спорт, 2000. – 264 с.
9. Раменская, Т. И. Специальная подготовка лыжника-гонщика / Т. И. Раменская. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 227 с.
10. Раменская, Т. И. Юный лыжник : учебно-популярная книга о многолетней тренировке лыжников-гонщиков / Т. И. Раменская. – М. : СпортАкадемПресс, 2004. – 203 с.
11. Раменская, Т. И. Гордись, великая Россия! (К 110-летию российского лыжного спорта) / Т. И. Раменская. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 2007. – 224 с.
12. Раменская, Т. И. Специфика внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжных гонках : учебное пособие / Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2010. – 149 с.

13. Раменская, Т. И. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения : учебное пособие / Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2011. – 150 с.

14. Храмов, Н. А. Соревновательная деятельность высококвалифицированных лыжников-гонщиков : методические рекомендации / Н. А. Храмов, А. Г. Баталов. – М. : Физическая культура, 2009. – 68 с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Международная федерация лыжного спорта. <http://www.fis-ski.com>.
2. Министерство спорта Российской Федерации. <https://www.minsport.gov.ru>
3. Министерство науки и высшего образования РФ. <https://www.minobrnauki.gov.ru>
4. Федерация лыжных гонок России. <http://www.flgr.ru>.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Теория и методика лыжных гонок» включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля) определяется разработчиком образовательной программы в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы определяется разработчиком образовательной программы.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Мультимедийный класс для проведения занятий лекционного типа, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Спортивные залы и лыжный комплекс с комплектом специализированного оборудования и инвентаря.

Аудитория с комплектом аудиторной мебели, персональными компьютерами (на каждого обучающегося) с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду организации, осуществляющей образовательную деятельность, для осуществления самостоятельной работы обучающихся.

ПРИМЕРНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**«Б1.В.01 Профессионально-спортивное совершенствование»**

Направление подготовки: 49.03.04 Спорт

Профиль «Спортивная подготовка по виду спорта «лыжные гонки», тренерско-преподавательская деятельность в образовании»

Уровень образования: *бакалавриат*

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Профессионально-спортивное совершенствование»: формирование у студентов навыков организации и осуществления спортивной подготовки и совершенствование индивидуальной спортивной деятельности в лыжных гонках.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ПООП

Дисциплина «Профессионально-спортивное совершенствование» относится к части дисциплин блока Б1 учебного плана примерной основной образовательной программы (ПООП) бакалавриата, формируемой участниками образовательных отношений.

Важное значение данной дисциплины в подготовке тренера по лыжным гонкам обусловлено необходимостью совершенствования индивидуального спортивного мастерства в процессе спортивной подготовки в лыжных гонках.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами (модулями) учебного плана, как «Теория и методика лыжных гонок», «Теория и методика физической культуры», «Теория спорта», «Спортивная физиология», «Спортивная биоэнергетика», «Биомеханика двигательной деятельности», «Спортивная метрология», «Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта», «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности», а также учебной тренерской и производственной тренерской практиками.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ПООП

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
	Наименование компетенции / наименование индикаторов достижения компетенции
ПК-2	Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство
ПК-2.1	Знает основы самоконтроля и самооценки уровня подготовленности в избранном виде спорта
ПК-2.2	Знает правила эксплуатации современных контрольно-измерительных приборов, спортивного инвентаря и оборудования
ПК-2.3	Умеет самостоятельно оценивать свой уровень подготовленности в избранном виде спорта
ПК-2.4	Умеет пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием
ПК-2.5	Умеет совершенствовать свою интегральную подготовленность
ПК-2.6	Умеет использовать методы планирования и организации своей спортивной подготовки
ПК-2.7	Имеет опыт самоконтроля и анализа своей подготовленности в избранном виде спорта
ПК-2.8	Имеет опыт планирования и реализации самостоятельной деятельности по совершенствованию собственного спортивного мастерства

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 21 зачетную единицу, 756 академических часов.

очная форма обучения

Курс/семестр	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной индикации
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс 1 семестр	Всего: 72 часа (2 зачетные единицы)	-	60	12	-	зачет
I курс 2 семестр	Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)	-	60	48	-	зачет
II курс 3 семестр	Всего: 72 часа (2 зачетные единицы)	-	60	12	-	зачет
II курс 4 семестр	Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)	-	60	48	-	зачет
III курс 5 семестр	Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)	-	60	48	-	зачет
III курс 6 семестр	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	-	60	84	-	зачет
IV курс 7 семестр	Всего: 144 часа (4 зачетные единицы)	-	60	75	9	экзамен

№	Раздел/тема дисциплины (модуля)	Трудоемкость в часах
1	Раздел 1: Специфика внешних условий и материально-техническое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности в лыжных гонках	54
2	Тема: 1.1. Современная технология тестирования качества скольжения лыж	10
3	Тема: 1.2. Подготовка и профилирование лыжных трасс с учетом предстоящей тренировочной и соревновательной деятельности	10
4	Тема: 1.3. Методика выбора и подготовки лыжного инвентаря с учетом индивидуальных особенностей лыжников-гонщиков и условий проведения тренировочной и соревновательной деятельности	8

5	Тема: 1.4. Модельные характеристики соревновательных лыжных трасс	10
6	Тема: 1.5. Технология подготовки лыж к различным соревновательным дисциплинам	16
7	Раздел 2: Обучение технике передвижения на лыжах, совершенствование технического мастерства	91
8	Тема: 2.1. Методика начального этапа обучения технике способов передвижения на лыжах	12
9	Тема: 2.2. Методика закрепления техники способов передвижения на лыжах	22
10	Тема: 2.3. Методика совершенствования спортивной техники в бесснежный период и на снегу	24
11	Тема: 2.4. Моделирование техники и тактики соревновательной деятельности элитных лыжников-гонщиков	33
12	Раздел 3: Планирование, организация, методика проведения и судейства соревнований по лыжным гонкам	80
13	Тема: 3.1. Правила соревнований по лыжным гонкам, специфика подготовки документов планирования и судейства соревнований	20
14	Тема: 3.2. Методика организации и судейства соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах лыжных гонок	18
15	Тема: 3.3. Особенности организации и проведения массовых соревнований по лыжным гонкам	22
16	Тема: 3.4. Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и электронного хронометража	20
17	Раздел 4: Управление тренировочной и соревновательной деятельностью лыжников-гонщиков на этапах спортивной подготовки	76
18	Тема: 4.1. Планирование, учёт и анализ тренировочной и соревновательной деятельности на <i>начальном</i> этапе спортивной подготовки	16
19	Тема: 4.2. Планирование, учёт и анализ тренировочной и соревновательной деятельности на <i>тренировочном</i> этапе спортивной подготовки	20
20	Тема: 4.3. Планирование, учёт и анализ тренировочной и соревновательной деятельности на этапе <i>совершенствования</i> спортивного мастерства	22
21	Тема: 4.4. Планирование, учёт и анализ тренировочной и соревновательной деятельности на этапе <i>высшего</i> спортивного мастерства	18
22	Раздел 5: Индивидуализация спортивной подготовки	455 (446 + 9)
23	Тема: 5.1. Методика отбора и спортивной ориентации на этапах спортивной подготовки	10
24	Тема: 5.2. Методика разработки индивидуальных планов подготовки в спортивных циклах различной продолжительности	28
25	Тема: 5.3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства студентов в тренировочной и соревновательной деятельности	398
26	Тема: 5.4. Выбор и применение средств восстановления и повышения работоспособности с учётом характера, величины спортивной нагрузки,	10

	и индивидуальных особенностей спортсмена	
27	Итого часов:	756 часов 21 з.е.

5. Примерные оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

5.1. Примерные оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы:

№	Примерные виды текущего контроля
1	Посещение занятий
2	Темы 2.1 Тесты действий «Демонстрация имитационных упражнений всех лыжных ходов, переходов с одного хода на другой»
3	Тема 2.2. Контрольная работа «Разработка плана-конспекта тренировочного занятия по закреплению техники лыжных ходов средствами имитационных упражнений»
4	Тема 2.2. Разноуровневые задания творческого уровня «Проведение тренировочного занятия по разработанному плану-конспекту по закреплению техники лыжных ходов средствами имитационных упражнений»
5	Тема 3.1 Контрольная работа Оформление заявок, карточек участников соревнований, протоколов старта в различных соревновательных дисциплинах
6	Тема: 5.3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства студентов в тренировочной и соревновательной деятельности Участие в соревнованиях различных средств подготовки лыжников-гонщиков:
7	Сдача зачета

№	Примерные виды текущего контроля
1	Посещение занятий
2	Темы 2.3 Тесты действий «Выполнение имитационных упражнений фазового состава движений с выделением граничных моментов во всех лыжных ходах»
3	Тема 2.3. Разноуровневые задачи и задания «Разработка плана-конспекта тренировочного занятия по совершенствованию техники лыжных ходов средствами имитационных упражнений с выделением граничных моментов фазового состава движений»
4	Тема 2.3. Разноуровневые задачи и задания «Проведение тренировочного занятия по совершенствованию техники лыжных ходов средствами имитационных упражнений с выделением граничных моментов фазового состава движений»

5	Тема 3.2 Собеседование «Методика организации и судейства соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах лыжного спорта»
6	Тема: 5.3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства студентов в тренировочной и соревновательной деятельности Участие в соревнованиях различных средств подготовки лыжников-гонщиков:
7	Сдача зачета

№	Примерные виды текущего контроля
1	Посещение занятий
2	Тема 1.4 Разноуровневые задачи и задания: «Модельные характеристики соревновательных лыжных трасс»
3	Тема: 1.5 Творческое задание «Технология подготовки лыж к различным соревновательным дисциплинам»
4	Темы 2.4 Разноуровневые задания творческого уровня «Моделирование техники и тактики соревновательной деятельности элитных лыжников в индивидуальных дисциплинах»
5	Тема: 3.3. Ролевая игра «Особенности организации и проведения массовых лыжных соревнований»
6	Тема: 4.1 Разноуровневые задания творческого уровня «Разработка оперативных планов тренировок на начальном этапе спортивной подготовки»
7	Тема: 4.2 Разноуровневые задания творческого уровня «Разработка оперативных планов тренировок на тренировочном этапе спортивной подготовки»
8	Тема: 5.1. Разноуровневые задачи и задания «Методика отбора и спортивной ориентации на этапах спортивной подготовки»
9	Тема: 5.2. Разноуровневые задачи и задания «Методика разработки индивидуальных планов подготовки в спортивных циклах различной продолжительности»
10	Темы 5.2 Разноуровневые задачи и задания: «Разработка плана-конспекта на тему характерных особенностей методов тренировки»
11	Тема 5.2. Разноуровневые задачи и задания: «Проведение зачётной тренировки заданным методом»
12	Тема: 5.3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства студентов в тренировочной и соревновательной деятельности Участие в соревнованиях различных средств подготовки лыжников-гонщиков:
13	Сдача зачета

№	Примерные виды текущего контроля
1	Посещение занятий
2	Разноуровневые задания по теме 2.4 «Моделирование техники и тактики соревновательной деятельности элитных лыжников»

	в спринтерских дисциплинах»
3	Ролевая игра по теме 3.4 «Электронно-компьютерная технология судейства соревнований и электронного хронометража»
4	Разноуровневые задания по теме 4.3 «Построение системы соревнований лыжников на этапах многолетней подготовки»
5	Тема: 4.3 Разноуровневые задания творческого уровня «Разработка оперативных планов тренировок на этапе совершенствования спортивного мастерства»
6	Контрольная работа по теме 4.4 «Анализ результатов соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки»
7	Разноуровневые задачи и задания по теме 4.4 «Разработка плана тренировочного занятия направленного на развитие физических качеств»
8	Разноуровневые задачи и задания по теме 4.4 «Проведение тренировочного занятия направленного на развитие физических качеств»
9	Тема: 4.4 Разноуровневые задания творческого уровня «Разработка оперативных планов тренировок на этапе высшего спортивного мастерства»
10	Разноуровневые задания по теме 5.2 Методика разработки индивидуальных планов подготовки в спортивных циклах различной продолжительности
11	Разноуровневые задания по теме 5.2 «Разработка модели тренировочного процесса лыжников массовых разрядов»
12	Тема: 5.3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства студентов в тренировочной и соревновательной деятельности Участие в соревнованиях различных средств подготовки лыжников-гонщиков:
13	Сдача экзамена

5.2. Примерный перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к зачету/экзамену

Вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов 1 курса

1. Основная задача физкультурно-спортивной деятельности студентов как элемент системы высшего профессионального образования.
2. Оценка специфики внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжных гонках.

3. Методика определения коэффициента трения скольжения и трения сцепления лыж со снегом.
4. Оценка вариативности условий скольжения в различных погодных условиях.
5. Оценка зависимости скорости передвижения на лыжах от условий скольжения.
6. Методика тестирования качества скольжения и сцепления лыж со снегом.
7. Техническая подготовка лыжника-гонщика в бесснежный период.
8. Методика обучения двигательному действию, закономерности образования двигательного навыка.
9. Методика начального обучения способам передвижения на лыжах.
10. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.
11. Методика коррекции содержания занятий на лыжах при неблагоприятных погодных условиях.
12. Методика обучения на этапе закрепления техники способов передвижения на лыжах.
13. Методика реализации принципов обучения на этапе закрепления двигательного навыка.
14. Методика организации и проведения подвижных игр и игровых упражнений на лыжах.
15. Методика разработки конспекта урока как формы непосредственной подготовки к его проведению.
16. Основные положения правил соревнований по лыжным гонкам.
17. Методика разработки документов планирования и проведения соревнований.
18. Методика подготовки протоколов старта и результатов соревнований в различных дисциплинах.

19. Возрастные категории участников соревнований по лыжным гонкам.

20. Выполнение функциональных обязанностей спортивного судьи в различных судейских бригадах при проведении простейших зачетно-нормативных соревнований.

21. Выполнить разработанные кафедрой требования по профессиональной физической подготовке (участие в контрольно-зачётных физкультурно-спортивных мероприятиях, соревнованиях).

Вопросы и задания для промежуточной аттестации

студентов 2 курса

1. Методика расчета показателей, характеризующих рельеф лыжных трасс.

2. Оценка компонентов рельефа на различных лыжных трассах.

3. Владение способами передвижения на лыжах на различном рельефе и при изменении условий скольжения.

4. Методика подготовки мест занятий в естественных природных условиях на различных этапах обучения.

5. Методика обеспечения безопасности занимающихся.

6. Оценка конструктивных характеристик и упругих свойств классических и коньковых лыж.

7. Методика подготовки (смазки) классических лыж.

8. Методика подготовки коньковых лыж.

9. Оборудование лыжных трасс техническими средствами срочной информации.

10. Методика системно-структурного анализа техники передвижения на лыжах.

11. Фазовая структура попеременного двухшажного классического хода.

12. Фазовый состав одновременных классических ходов.

13. Фазовый анализ техники коньковых ходов.

14. Сравнительный анализ техники специальных средств бесснежной подготовки лыжника-гонщика с техникой лыжных ходов.

15. Рациональный выбор способа передвижения на лыжах как внешний признак закрепления технического навыка.

16. Методика техники безопасности при использовании современных лыжных мазей и парафинов различной консистенции.

17. Методика выбора лыжных мазей и парафинов с учетом предстоящей соревновательной деятельности, погодных условий, условий рельефа лыжной трассы и индивидуальных особенностей технического мастерства спортсмена.

18. Владение методикой нанесения структуры на скользящую поверхность лыжи, наиболее распространенные формы структур в различных погодных условиях.

19. Разработка документов по финансовому обеспечению соревнований по лыжным гонкам, основные статьи расходов.

20. Методика проведения жеребьевки и подготовка стартового протокола соревнований с интервальным стартом.

21. Оборудование простейшего спортивного сооружения для лыжников-гонщиков – лыжной базы.

22. Выполнение функциональных обязанностей спортивного судьи в различных судейских бригадах при проведении соревнований 3-й категории.

23. Выполнить разработанные кафедрой требования по профессиональной физической подготовке (участие в контрольно-зачётных физкультурно-спортивных мероприятиях, соревнованиях).

Вопросы и задания для промежуточной аттестации

студентов 3 курса

1. Методика гомологации лыжных трасс, подготовка документации, процедура сертифицирования трасс.

2. Методика оценки технического мастерства с использованием кинематических, динамических и функциональных показателей.

3. Моделирование оптимального сочетания длины и частоты шагов как составляющих скорость передвижения на лыжах.

4. Моделирование параметров техники элитных лыжников-гонщиков с использованием программного компьютерного обеспечения «DARTFISH».
5. Совершенствование техники лыжных ходов с использованием специально-подготовительных и соревновательных упражнений в бесснежный период и на снегу.
6. Совершенствование элементов техники лыжных ходов с использованием специализированных тренажерных устройств.
7. Выполнение функциональных обязанностей спортивного судьи в различных судейских бригадах при проведении соревнований 2-й категории.
8. Методика подготовки протокола результатов соревнований в скиатлоне.
9. Методика подготовки протокола результатов соревнований в индивидуальном спринте.
10. Методика тестирования качества скольжения лыж с использованием современных измерительных приборов.
11. Признаки классификации упражнений, используемых в подготовке лыжников-гонщиков.
12. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений лыжника-гонщика.
13. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.
14. Сочетание нагрузки и отдыха как структурная основа методов тренировки.
15. Содержание равномерного метода, специфика его воздействия на организм.
16. Характеристика двигательно-функциональной деятельности лыжника-гонщика в переменной тренировке.
17. Направленность воздействий на организм и специфика выполнения упражнений повторным и интервальным методами.

18. Наивысший по специфичности тренирующий эффект контрольного и соревновательного методов.
19. Содержание и организация игровых и круговых тренировок.
20. Планирование многолетней подготовки лыжников-гонщиков с учетом возрастных закономерностей биологического развития организма спортсменов.
21. Оценка генетической предрасположенности к занятиям лыжными гонками.
22. Реализация генетического потенциала лыжников-гонщиков на основе индивидуализации подготовки.
23. Оценка и реализация генетической предрасположенности к высшим спортивным достижениям в лыжных гонках.
24. Нормирование спортивных нагрузок с учетом сенситивных (благоприятные) возрастных периодов развития приоритетных физических качеств лыжника-гонщика.
25. Овладение методикой примерной оценки биологического возраста юных лыжников-гонщиков.
26. Методика коррекции физической нагрузки лыжниц-гонщиц с учетом степени отклонений в физиологичности биологического цикла.
27. Овладение навыками оперативного, текущего и перспективного планирования тренировки лыжников-гонщиков на учебно-тренировочном этапе (начальной и углубленной специализации) многолетней подготовки.
28. Оценка интенсивности физической нагрузки в лыжных гонках.
29. Распределение нагрузки по зонам интенсивности.
30. Методика анализа физических нагрузок по пульсограммам, оценка ее биоэнергетической направленности.
31. Выполнить разработанные кафедрой требования по профессиональной физической подготовке (участие в контрольно-зачётных физкультурно-спортивных мероприятиях, соревнованиях).

**Вопросы и задания для промежуточного контроля
студентов 4 курса**

1. Инновационные технологии совершенствования технического мастерства лыжников-гонщиков.
2. Методика оценки динамики экономичности двигательной деятельности лыжников-гонщиков разной квалификации.
3. Электронно-компьютерное обеспечение судейства соревнований в лыжных гонках.
4. Методика оперативного расчета промежуточных и итоговых результатов соревнований лыжников-гонщиков.
5. Работа главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по лыжным гонкам 1-й категории.
6. Особенности новых моделей снаряжения лыжника-гонщика.
7. Подготовка современных лыжных и лыжероллерных трасс – основных спортивных сооружений в лыжных гонках.
8. Оборудование современных лыжных стадионов, лыжных центров/комплексов, лыжных туннелей с искусственным снегом (в том числе по проспектам, материалам в Интернете, другим публикациям).
9. Структура и содержание макро-, мезо- и микроциклов тренировочной и соревновательной деятельности.
10. Особенности планирования структуры и содержания тренировки на различных этапах многолетней подготовки.
11. Современные возрастные зоны высших спортивных достижений в лыжных гонках.
12. Нормирование преимущественной направленности учебно-тренировочных занятий, примерные показатели объема циклической нагрузки и количества соревнований на разных этапах многолетней подготовки.
13. Методика оперативного, текущего и перспективного планирования спортивной тренировки в лыжных гонках.

14. Структура и содержание развивающего, поддерживающего, восстанавливающего типов микроциклов в тренировке лыжников-гонщиков.
15. Структура и содержание восстановительно-втягивающий, общеподготовительный, специально-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный типы мезоциклов в подготовке лыжников-гонщиков.
16. Планирование соотношения основных, специально-подготовительных, общеподготовительных средств в процессе многолетней подготовки.
17. Планирование соотношения многочисленных разновидностей методов тренировки на разных этапах многолетней подготовки.
18. Нормирование средств общей и специальной физической подготовки лыжников-гонщиков разной квалификации.
19. Средства и методы технической подготовки лыжника-гонщика.
20. Оптимизация тактики соревновательной деятельности лыжников-гонщиков с учетом длины дистанции и стиля передвижения.
21. Специфика реализации тактической подготовленности в многотуровых соревнованиях индивидуального и командного спринтов.
22. Тактика распределения сил в различных соревнованиях с общего старта (масс-старт).
23. Психологическая подготовка лыжника-гонщика как воспитательный процесс.
24. Личность тренера в формировании нравственности лыжника-гонщика.
25. Владеть методикой применения дополнительных средств повышения и восстановления работоспособности лыжника-гонщика.
26. Выполнить разработанные кафедрой требования по профессиональной физической подготовке (участие в контрольно-зачётных физкультурно-спортивных мероприятиях, соревнованиях).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Профессионально-спортивное совершенствование»

а) Основная литература:

1. Баталов, А. Г. Лабораторный практикум дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта – лыжные гонки» : учебно-методическое пособие / А. Г. Баталов, Т. И. Раменская, М. Е. Бурдина, В. Г. Сенатская. – М. : РГУФКСМиТ, 2017. – 228 с.
2. Грушин, А. А. Спортивная подготовка высококвалифицированных лыжниц-гонщиц на стадии максимальной реализации спортивных достижений : учебное пособие : рек. УМО / А. А. Грушин, А. Г. Баталов. – М. : Физическая культура, 2014. – 106 с.
3. Раменская, Т. И. Лыжные гонки : учебник : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Буки Веди, 2015. – 563 с.
4. Раменская, Т. И. Техническая подготовка лыжников в бесснежный период : учебное пособие : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, М. Е. Бурдина. – М. : ТВТ Дивизион, 2015. – 144 с.

б) Дополнительная литература:

1. Антонова, О. Н. Лыжная подготовка : Методика преподавания : учебное пособие для студентов сред. пед. учеб. завед. / О. Н. Антонова, В. С. Кузнецов. – М. : Academia, 1999. – 208 с.
2. Баталов, А. Г. Таблицы эквивалентных результатов в лыжных гонках / А. Г. Баталов, К. Н. Спиридонов, Н. А. Храмов, А. В. Кубеев. – М. : Физкультура и спорт, 1999. – 503 с.
3. Вяльбе, Е. В. Правила соревнований по лыжным гонкам / Е. В. Вяльбе, И. В. Беломестнов, В. А. Григорьева, Л. В. Голубкова, Г. Г. Кадыков. – М. : ФЛГР, 2014. – 114 с.

4. Гилязов, Р. Г. История возникновения и использования лыжных мазей (обзор) : методическое пособие / Р. Г. Гилязов, М. И Шикунов. – М. : Физическая культура, 2009. – 82 с.
5. Гилязов, Р. Г. Специализированные лыжные спортивные сооружения : учебно-методическое пособие / Р. Г. Гилязов, М. И Шикунов. – М. : ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015. – 88 с.
6. Лыжный спорт : учебник [Электронный ресурс] / А. Г. Баталов, Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2013. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
7. Раменская, Т. И. Контрольные вопросы и задания по технической подготовке лыжника-гонщика и определению спортивных результатов в лыжных гонках : методические разработки для преподавателей, студентов, аспирантов, слушателей ВШТ, ФПК Акад. / Т. И. Раменская. – М. : РГАФК, 1996. – 63 с.
8. Раменская, Т. И. Техническая подготовка лыжника / Т. И. Раменская. – М. : Физкультура и спорт, 2000. – 264 с.
9. Раменская, Т. И. Специальная подготовка лыжника-гонщика / Т. И. Раменская. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 227 с.
10. Раменская, Т. И. Юный лыжник : учебно-популярная книга о многолетней тренировке лыжников-гонщиков / Т. И. Раменская. – М. : СпортАкадемПресс, 2004. – 203 с.
11. Раменская, Т. И. Гордись, великая Россия! (К 110-летию российского лыжного спорта) / Т. И. Раменская. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 2007. – 224 с.
12. Раменская, Т. И. Специфика внешних условий физкультурно-спортивной деятельности в лыжных гонках : учебное пособие / Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2010. – 149 с.
13. Раменская, Т. И. Лыжные гонки как олимпийский вид спорта и эффективное средство оздоровления населения : учебное пособие / Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2011. – 150 с.

14. Храмов, Н. А. Соревновательная деятельность высококвалифицированных лыжников-гонщиков : методические рекомендации / Н. А. Храмов, А. Г. Баталов. – М. : Физическая культура, 2009. – 68 с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Международная федерация лыжного спорта. <http://www.fis-ski.com>.
2. Министерство спорта Российской Федерации. <https://www.minsport.gov.ru>
3. Министерство науки и высшего образования РФ.

<https://www.minobrnauki.gov.ru>

4. Федерация лыжных гонок России. <http://www.flgr.ru>.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля) определяется разработчиком образовательной программы в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы определяется разработчиком образовательной программы

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Мультимедийный класс для проведения занятий лекционного типа, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Спортивные залы и лыжный комплекс с комплектом специализированного оборудования и инвентаря.

Аудитория с комплектом аудиторной мебели, персональными компьютерами (на каждого обучающегося) с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду организации, осуществляющей образовательную деятельность, для осуществления самостоятельной работы обучающихся.