

Раздел компетенций	Компетенция стандарта ФК	Компетенция стандарта спорт	Индикаторы
Планирование	ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1. Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей спортсменов	<p>ОПК-1.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анатомо-морфологические особенности спортсменов различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса спортсменов; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений в спорте; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений спортсмена с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при занятиях спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; - физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления работоспособности спортсмена; - анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств; - психологическую характеристику ИВС; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности спортсменов различной квалификации и возраста; - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся; - специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования; - целевые результаты и параметры применяемых нагрузок; - методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;

		<ul style="list-style-type: none">- основные и дополнительные формы занятий;- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;- организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту;- терминологию и классификацию в базовых видах спорта;- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по базовым видам спорта;- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств базовых видах спорта;- правила и организация соревнований по базовым видам спорта;- способы оценки результатов обучения по базовым видам спорта;- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС с учетом квалификации спортсменов;- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС с учетом возраста и квалификации спортсменов;- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС;- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС. <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;- оценивать эффективность статических положений и движений спортсмена;- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений спортсмена с заданной результативностью;- выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий спортом;- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся спортом;- повышать мотивацию и волю к победе у спортсменов;- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в
--	--	--

		<p>соответствии с дополнительной общеобразовательной программой;</p> <ul style="list-style-type: none">- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по базовым видам спорта;- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по базовым видам спорта с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;- определять средства и величину нагрузки на занятиях по базовым видам спорта в зависимости от поставленных задач;- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей базовых видов спорта;- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по базовым видам спорта;- определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС;- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС;- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС;- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики спортсменов, виды их двигательной деятельности;- проведения анатомического анализа физических упражнений;- биомеханического анализа статических положений и движений человека;- планирования занятий по базовым видам спорта;- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств базовых видов спорта;- планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС;- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ по физической культуре и спорту.
--	--	---

<p>Спортивный отбор</p>	<p>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду</p>	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности объединения разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах спортивной подготовки; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах спортивной подготовки; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в ИВС; - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС. <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития спортсменов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию. <p>ОПК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения антропометрических измерений для оценки физического развития спортсмена;
-------------------------	---	---	---

			<ul style="list-style-type: none"> - проведения оценки функционального состояния спортсмена; - применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - обоснования подходов к отбору на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду; - проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - выявление наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - проведение набора и отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду.
		<p>ОПК-5. Способен обучать технике выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения и совершенствовать ее</p>	<p>ОПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - специфику проведения тренировочных занятий в ИВС, посвященных обучению технике выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения или их совершенствования; - средства и методы технической подготовки в ИВС с учетом квалификации спортсменов; - методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС с учетом возраста и квалификации спортсменов; <p>ОПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; - оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения ошибок в технике движений в ИВС у занимающихся; - раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; - планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС, посвященных обучению технике выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения или их совершенствования; <p>ОПК-5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владения техникой ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; - проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС, посвященных обучению технике выполнения специальных упражнений и соревновательного упражнения или их совершенствованию.
		<p>ОПК-7. Способен реализовывать индивидуальный подход в процессе подготовки</p>	<p>ОПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы индивидуализации тренировочного процесса в ИВС; - методики обучения технике с учетом индивидуальных особенностей спортсмена; - методики развития физических качеств с учетом индивидуальных особенностей

		спортсменов	<p>спортсмена;</p> <ul style="list-style-type: none">- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности с учетом индивидуальных особенностей спортсмена;- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности спортсмена; <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none">- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий в ИВС с учетом индивидуальных особенностей спортсмена;- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей спортсмена;- применять методики обучения технике с учетом индивидуальных особенностей спортсмена;- применять методики развития физических качеств с учетом индивидуальных особенностей спортсмена;- применять методики контроля и оценки технической и физической подготовленности с учетом индивидуальных особенностей спортсмена; <p>ОПК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none">- организации диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности спортсмена;- организации и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом индивидуальных особенностей спортсмена.
--	--	-------------	---