

Министерство спорта Российской Федерации

РЕКОМЕНДОВАНО

Председатель Федерального
учебно-методического объединения
в системе высшего образования
по укрупненной группе специальностей
и направлений подготовки
49.00.00 Физическая культура и спорт


С.П. Евсеев

«11» марта 2026 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

с присвоением квалификации «Тренер-преподаватель»

Санкт-Петербург, 2026

Содержание

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»	3
1.1. Цель реализации программы	3
1.2. Характеристика нового вида профессиональной деятельности выпускника	3
1.3. Планируемые результаты обучения	13
1.4. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы	13
1.5. Документ, выдаваемый после завершения обучения	13
1.6. Трудоемкость обучения	13
1.7. Форма обучения	13
1.8. Режим занятий	13
1.9. Нормативно-правовая база разработки программы	14
2. Содержание дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»	14
2.1. Учебный план	14
2.2. Примерный календарный график распределения учебной нагрузки по неделям обучения	15
2.3. Содержание программ дисциплин	16
3. Условия реализации программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»	99
3.1. Кадровое обеспечение реализации программы	99
3.2. Учебно-методическое обеспечение программы	99
4. Оценка качества освоения программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»	99
5. Разработчики программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»	100

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»

1.1. Цель реализации программы

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки (ДПП ПП) «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки» с присвоением квалификации «Тренер-преподаватель» учитывает квалификационные требования профессионального стандарта (ПС) «Тренер-преподаватель» (утв. Приказом Минтруда России от 24.12.2020 N 952н, зарегистрировано в Минюсте России 25.01.2021 N 62203) и требования ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (уровень бакалавриата) (утв. Приказом Минобрнауки России от 25.09.2019 № 886, зарегистрировано в Минюсте России 21.10.2019 N 56284).

Программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки слушателя и включает в себя: календарный учебный график, учебный план, рабочие программы учебных дисциплин (модулей), методические материалы, обеспечивающие реализацию соответствующей образовательной технологии и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся.

Цель реализации ДПП ПП «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки» состоит в формировании у слушателей профессиональных компетенций и приобретение необходимой квалификации для ведения профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

1.2. Характеристика нового вида профессиональной деятельности выпускника

В процессе освоения ДПП ПП «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки» слушатель осваивает следующие вид профессиональной деятельности: Спортивная подготовка и физическое воспитание детей и взрослых (код 05.012).

Основная цель вида профессиональной деятельности: организация и проведение со спортсменами тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов; преподавание предметной области физической культуры по основным образовательным и дополнительным общеобразовательным программам; физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья детей и взрослых.

Виды экономической деятельности:

- деятельность в области спорта (код ОКВЭД 93.1)
- дополнительное образование детей и взрослых (код ОКВЭД 85.41)

Программа ориентирована на обобщенную трудовую функцию ПС «Тренер-преподаватель»: код А. Деятельность по спортивной подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся (уровень квалификации - 6).

Характеристика нового вида профессиональной деятельности, новой квалификации и формирование программ учебных дисциплин представлено в Таблице 1.

Условные обозначения, используемые в Таблице 1:

ФГОС – федеральный государственный образовательный стандарт,

ФГТ – федеральные государственные требования,

ФС СП – федеральный стандарт спортивной подготовки,

ФКиС – физическая культура и спорт,

ИВС – избранный вид спорта.

Таблица 1 – Характеристика нового вида профессиональной деятельности, новой квалификации и формирование программ учебных дисциплин

Компетенции	Код и наименование трудовых функций	Индикаторы	Дисциплины
<p>ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом</p>	<p>А/01.6 Планирование содержания занятий физической культурой и спортом А/03.6 Проведение занятий физической культурой и спортом</p>	<p>Знать:</p>	
		<ul style="list-style-type: none"> – Положения теории спорта. – Концептуальные положения и требования к организации тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые ФС СП. – Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФС СП. – Специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с ФС СП. 	<p>Теория спорта</p>
		<ul style="list-style-type: none"> – Положения теории и методики физической культуры, теории и методики обучения базовым видам спорта. – Концептуальные положения и требования к организации образовательного процесса в предметной области ФК, определяемые ФГОС общего образования; учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые ФГТ и ФС СП. – Цели и задачи образовательного процесса в предметной области ФК, определяемые ФГОС общего образования, учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые ФГТ и ФС СП. – Формы, методы и средства обучения в предметной области ФК, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора, связь между требованиями ФГОС, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы; обучения в предметной области ФКиС, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения ООП, в том числе ее связь с ФГТ и ФС СП. – Специфические особенности образовательного процесса в предметной области ФК в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в соответствии ФГОС; специфические особенности образовательного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе с учетом ФГТ и ФС СП. 	<p>Теория и методика физической культуры</p>
		<ul style="list-style-type: none"> – Положения теории и методики избранного вида спорта. – Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области ФК. – Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта. – Правила вида спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией. – Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФС СП. – Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности. 	<p>Теория и методика избранного вида спорта</p>
		<ul style="list-style-type: none"> – Положения возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта. – Возрастные характеристики развития личности спортсменов/обучающихся. – Психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта. – Методика контроля и оценки психологических параметров человека. 	<p>Психология физической культуры и спорта</p>
<ul style="list-style-type: none"> – Положения педагогики физической культуры и спорта. 	<p>Педагогика</p>		

Компетенции	Код и наименование трудовых функций	Индикаторы	Дисциплины
			физической культуры
		<ul style="list-style-type: none"> – Нормативные правовые акты, регулирующие деятельность в сфере физической культуры и спорта, разного уровня: международного – - Конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации). 	Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта
		<ul style="list-style-type: none"> – Положения анатомии человека, физиологии человека. – Анатомо-морфологические и физиологические особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта. – Методика контроля и оценки антропометрических и физиологических параметров человека. 	Анатомия и физиология человека
		<ul style="list-style-type: none"> – Положения спортивной физиологии, спортивной морфологии. – Физиологические особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта. – Методика контроля и оценки физиологических параметров спортсмена. – Возрастные характеристики развития функциональных систем спортсменов/обучающихся. 	Спортивная физиология
		Уметь:	
		<ul style="list-style-type: none"> – Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки и резервы улучшения его результативности. – Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов. – Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. – Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. – Оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс. – Контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов. 	Теория спорта
		<ul style="list-style-type: none"> – Разрабатывать ООП в соответствии с требованиями ФГОС. – Разрабатывать дополнительную общеобразовательную программу в области ФКиС, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом ФГТ, требований ФС СП по виду спорта. – Обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых. – Выявлять проблемы образовательного процесса и резервы улучшения его результативности. – Применять средства и методы в соответствии с задачами общего образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся. 	Теория и методика физической культуры

Компетенции	Код и наименование трудовых функций	Индикаторы	Дисциплины
		<ul style="list-style-type: none"> – Применять средства и методы в соответствии с задачами дополнительного образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами обучающихся. – Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности образовательного процесса обучающихся. – Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности образовательного процесса в предметной области физической культуры и спорта. – Оценивать результативность образовательного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в образовательный процесс. – Контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки обучающихся. 	
		<ul style="list-style-type: none"> – Разрабатывать программу спортивной подготовки в соответствии с ФС СП. – Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта. – Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта, дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы. 	Теория и методика избранного вида спорта
		<ul style="list-style-type: none"> – Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта (дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта) с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов. 	Практика
		<ul style="list-style-type: none"> – Анализировать и оценивать динамику психологических параметров спортсменов на этапах спортивной подготовки, определять уровень мотивации спортсменов. – Анализировать и оценивать динамику психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации обучающихся. 	Психология физической культуры и спорта
		<ul style="list-style-type: none"> – Применять методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма спортсмена/обучающегося. – Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических параметров спортсменов на этапах спортивной подготовки, обучающихся. 	Спортивная физиология
		Иметь опыт деятельности:	
		<ul style="list-style-type: none"> – Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с ФС СП. 	Теория спорта
		<ul style="list-style-type: none"> – Планирование образовательного процесса в предметной области физической культуры, направленного на реализацию основной образовательной программы в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с требованиями ФГОС. – Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований ФС СП по виду спорта. 	Теория и методика физической культуры
		<ul style="list-style-type: none"> – Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки. – Осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области ФКиС, в том числе в соответствии с ФГТ и ФС СП. 	Практика

Компетенции	Код и наименование трудовых функций	Индикаторы	Дисциплины
ПК-2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и осуществлять спортивный отбор для обеспечения индивидуально-го подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией	A/02.6 Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Организация спортивной ориентации: 1) стадия подготовки решения о выборе вида спорта для углубленных занятий; 2) стадия целенаправленной и многосторонней связи спортсмена в сфере спорта высших достижений. – Содержание спортивной ориентации как процесса: спортивное просвещение - ознакомление детей со специфическими особенностями того или иного вида спорта; спортивная консультация - организация и проведение работ по выявлению индивидуальных способностей детей применительно к данному виду спорта; начальный отбор, конкурсный набор или советы, рекомендации ребенку по выбору спорта, основанные на знании его возможностей в данном виде; спортивная адаптация - сам процесс тренировки в избранном виде спорта. – Содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; к установлению ведущих факторов подготовленности к соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов. – Цели отбора: отбор детей и подростков для занятий избранным видом спорта и для дальнейшего спортивного совершенствования в нем; отбор кандидатов в сборные команды (юношеские, молодежные, взрослые); отбор для участия в соревнованиях: предолимпийский отбор - направлен на комплектование ближайшего олимпийского резерва; олимпийский - на комплектование сборной команды для участия в ответственных международных соревнованиях. – Условия проведения отбора: естественный отбор - вследствие отсева самих занимающихся в процессе тренировочных занятий; стандартизированный отбор, который связан с применением специальных методик, содействующих повышению его эффективности. – Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор. – Продолжительность отбора: краткосрочный (экспресс) отбор; среднесрочный отбор; долгосрочный (продолженный) отбор. – Степень ориентации на будущий вид спортивной деятельности: межвидовой отбор, который направлен на поиск и выявление лиц, способных к занятиям несколькими родственными видами спорта; видовой отбор, который связан с выявлением детей, подростков и юношей, способных к занятиям тем или иным видом спорта; внутривидовой отбор, который предполагает выявление склонностей, способностей конкретного спортсмена в рамках определенного вида спорта. – Этапы проведения: начальный (предварительный) отбор; текущий отбор; заключительный (итоговый, завершающий) отбор. Методики спортивного отбора и ориентации. 	Спортивный отбор
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся. – Планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта. – Реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования. 	Спортивный отбор

Компетенции	Код и наименование трудовых функций	Индикаторы	Дисциплины
		<p>Иметь опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Выявление возможностей спортсменов различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к тренировочному процессу в организациях, осуществляющих спортивную подготовку. – Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в предметной области физической культуры, в образовательной организации общего образования. – Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в организации дополнительного образования. 	Спортивный отбор
<p>ПК-3. Способен осуществлять психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом</p>	<p>A/04.6 Психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания. 	Педагогика физической культуры
		<ul style="list-style-type: none"> – Психолого-педагогические основы учебной и тренировочной деятельности в части учета индивидуальных особенностей обучающихся и спортсменов. – Законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития. 	Психология физической культуры и спорта
		<ul style="list-style-type: none"> – Характеристика личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся в контексте обучения в предметной области физической культуры согласно ФГОС. – Методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса. 	Теория и методика физической культуры
		<ul style="list-style-type: none"> – Содержание информационного сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта. 	Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта
		<ul style="list-style-type: none"> – Содержание технического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта. – Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности. 	Теория и методика избранного вида спорта
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания. – Использовать технологии психолого-педагогического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями. – Оказывать адресную помощь спортсменам и обучающимся, в том числе с особыми образовательными потребностями. – Разрабатывать (совместно с другими специалистами) и реализовывать совместно с родителями (законными представителями) программы индивидуального развития ребенка. – Оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей. – Разрабатывать индивидуально ориентированные программы, методические разработки и дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся в целях реализации гибкого алгоритма 	Педагогика физической культуры

Компетенции	Код и наименование трудовых функций	Индикаторы	Дисциплины
		<p>управления процессом образовательной деятельности обучающихся.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности спортсмена и обучающегося. – Использовать технологии информационного, технического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями. – Организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования. – Осуществлять подбор и использование инвентаря и оборудования в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования. – Оценивать достижения обучающихся на основе взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов. – Создавать и применять в практике обучения в предметной области физической культуры рабочие программы, методические разработки, дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. – Анализировать деятельность и ее результаты для корректировки процессов спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования. <p>Иметь опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Осуществление поддержки и психолого-педагогического, информационного сопровождения спортсменов, а также проведение анализа деятельности для корректировки сопровождения тренировочного процесса (образовательного процесса). – Обеспечение информационного сопровождения обучающихся с применением психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся. 	<p>Психология физической культуры и спорта</p> <p>Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта</p> <p>Теория и методика избранного вида спорта</p> <p>Теория и методика физической культуры</p> <p>Практика</p>
<p>ПК-4. Способен осуществлять организацию участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях</p>	<p>А/05.6 Организация участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность. – Требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности. – Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта. – Общероссийские антидопинговые правила, утвержденные общероссийской антидопинговой организацией в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, по согласованию с ним, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями. – Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования. 	<p>Теория и методика избранного вида спорта</p> <p>Антидопинговое обеспечение спорта</p> <p>Теория и методика избранного вида спорта</p>

Компетенции	Код и наименование трудовых функций	Индикаторы	Дисциплины
		<ul style="list-style-type: none"> – Пользоваться приборами объективного контроля, техническими средствами и устройствами, средствами измерений, разработанными для оценки различных сторон подготовленности спортсменов, реакций организма на тренировочные и соревновательные нагрузки, эффективности тренировочного процесса, учета адаптационных перестроек функций организма спортсменов. – Анализировать результаты соревновательной деятельности для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. 	
		<ul style="list-style-type: none"> – Выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. – Применять средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты. – Обеспечивать безопасность в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. 	Безопасность жизнедеятельности
		<ul style="list-style-type: none"> – Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи. 	Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта
		Иметь опыт деятельности:	
ПК-5. Способен формировать осознанное отношение к физкультурно-спортивной деятельности, ценностные ориентации и установки на ведение здорового	А/06.6 Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных	<ul style="list-style-type: none"> – Обеспечение соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий. – Проведение отбора для участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. – Организация индивидуального или в составе команды участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. – Анализ соревновательной деятельности и ее результатов для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. – Обеспечение безопасности в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. 	Практика
		Знать:	
		<ul style="list-style-type: none"> – Сущность, закономерности, тенденции и перспективы развития педагогического процесса как фактора и средства воспитания человека на протяжении всей его жизни, технологии его организации, формы и методы совершенствования различных видов деятельности спортсменов и обучающихся, а также стратегий и способов взаимодействия. – Социально значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, признаки и причины негативного социального поведения. 	Педагогика физической культуры
		<ul style="list-style-type: none"> – Особенности применения разнообразных средств сохранения и укрепления здоровья. – Основы культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов и обучающихся. 	Основы здорового образа жизни
		Уметь:	
		<ul style="list-style-type: none"> – Воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции. 	Педагогика физической культуры

Компетенции	Код и наименование трудовых функций	Индикаторы	Дисциплины
образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитывать социально значимые личностные качества для профилактики негативного социального поведения	ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения	<ul style="list-style-type: none"> – Формировать навыки безопасного поведения и культуру безопасности, навыки саморазвития и укрепления здоровья для достижения должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами ФК. – Использовать современные методики формирования общей культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов, обучающихся и лиц различного пола и возраста, занимающихся ФКиС. – Применять методики контроля над процессом формирования общей культуры здорового и безопасного образа жизни, воспитания нравственных, эстетических и личностных качеств, сохранения и укрепления здоровья спортсменов и обучающихся. 	Основы здорового образа жизни
		<p>Иметь опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих спортивную подготовку (лиц, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам), для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни. 	Практика
ПК-6. Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой и спортом	А/07.6 Обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Нормативные правовые акты, регламентирующие создание условий безопасности для здоровья и жизни обучающихся при организации и проведении образовательного процесса, спортсменов при организации и проведении тренировочного процесса, а также при организации и проведении спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. – Способы предотвращения возникновения основных причин травматизма. – Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом. 	Теория и методика физической культуры
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма. – Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма. 	Теория и методика физической культуры
		<p>Иметь опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки (дополнительного образования) по виду спорта. 	Практика
ПК-7. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	А/08.6 Проведение работы по предотвращению применения допинга	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга, содержание и организация антидопинговых мероприятий. – Педагогические, медико-биологические и психологические аспекты проблемы применения допинга в спорте. – Основные характеристики допингов различных видов и их воздействие на организм спортсмена; мотивы применения спортсменами допинга. – Варианты организации антидопинговой работы с различными группами населения. – Законодательство РФ в сфере ответственности физических, юридических лиц за нарушение антидопинговых требований и правил. – Всемирный антидопинговый кодекс, антидопинговые правила и стандарты. – Меры ответственности и санкции за нарушение антидопинговых требований и правил. 	Антидопинговое обеспечение спорта

Компетенции	Код и наименование трудовых функций	Индикаторы	Дисциплины
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Планировать и проводить антидопинговые мероприятия с применением методик проведения работы по предотвращению применения допинга. – Обеспечивать нетерпимость к допингу спортсменов с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте, формировании знаний и навыков определения возможных путей профилактической антидопинговой деятельности. – Использовать наглядные материалы при проведении профилактических занятий по основам противодействия применению допинга. – Планировать работу волонтеров при проведении антидопинговых мероприятий. – Разъяснять антидопинговые требования и правила спортсменам, обучающимся, волонтерам. 	Антидопинговое обеспечение спорта
		<p>Иметь опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Проведение разъяснительной работы об антидопинговых правилах. – Проведение работы, способствующей формированию нетерпимости к допингу спортсменов, с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте. – Проведение методической работы по противодействию использованию запрещенных допинговых средств и (или) методов. – Подбор и обучение волонтеров для проведения профилактических антидопинговых мероприятий. 	Антидопинговое обеспечение спорта

1.3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы слушатель должен обладать следующими профессиональными компетенциями:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

ПК-2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и осуществлять спортивный отбор для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией.

ПК-3. Способен осуществлять психолого-педагогическое, информационное сопровождение занятий физической культурой и спортом.

ПК-4. Способен осуществлять организацию участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

ПК-5. Способен формировать осознанное отношение к физкультурно-спортивной деятельности, ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитывать социально значимые личностные качества для профилактики негативного социального поведения.

ПК-6. Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой и спортом.

ПК-7. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга.

1.4. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

К освоению дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки допускаются лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее профессиональное образование.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

1.5. Документ, выдаваемый после завершения обучения

Диплом профессиональной переподготовки с присвоением квалификации «Тренер-преподаватель» установленного образовательной организацией образца.

1.6. Трудоемкость обучения

Нормативная трудоемкость обучения по программе составляет 724 часа, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

1.7. Форма обучения

Форма обучения – очная, с использованием дистанционных образовательных технологий, которая сочетает контактную работу обучающихся с преподавателем (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий), включает в себя занятия лекционного типа, и (или) занятия семинарского типа, и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с преподавателем.

1.8. Режим занятий

Формы учебных занятий – лекции, семинарские и практические занятия при обязательном сочетании обучения с применением дистанционных образовательных технологий и очного обучения.

1.9. Нормативно-правовая база разработки программы

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки (ДПП ПП) «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ.

2. Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (утв. Приказом Минтруда России от 24.12.2020 N 952н, зарегистрировано в Минюсте России 25.01.2021 N 62203).

3. ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (уровень бакалавриата) (утв. Приказом Минобрнауки России от 25.09.2019 № 886, зарегистрировано в Минюсте России 21.10.2019 N 56284).

4. Устав и другие локальные нормативные акты образовательной организации.

2. Содержание дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»

2.1. Учебный план

Наименование дисциплин	Семестр	Общая трудоемкость, час.	Контактная работа (очные занятия, включая онлайн), час.			Промежуточная аттестация	
			Лекции	Практические/семинарские занятия	СРС	Зачет	Экзамен
Базовая часть							
Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта	1	32	6	6	20	+	
Теория спорта	2	58	10	8	40		+
Теория и методика физической культуры	1	52	12	14	26		+
Анатомия и физиология человека	1	84	14	16	54		+
Антидопинговое обеспечение спорта	1	36	6	8	22	+	
Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта	1	36	6	4	26	+	
Безопасность жизнедеятельности	1	24	4	4	16	+	
Профильная часть							
Теория и методика избранного вида спорта (группе вида спорта)	2	62	14	16	32		+
Спортивная физиология	2	52	10	10	32	+	
Спортивный отбор	2	52	8	12	32	+	
Педагогика физической культуры	2	52	10	12	30		+
Психология физической культуры и спорта	1	84	12	14	58		+
Основы здорового образа жизни	1	24	4	4	16	+	
Производственная практика: тренерская практика по виду спорта	2	72	-	-	72	+	
Итоговая аттестация (междисциплинарный экзамен)	2	4	-	-	4		4
ИТОГО		724	116	128	480	-	4

2.2. Примерный календарный график распределения учебной нагрузки по неделям обучения

Месяц	Апрель				Май				Июнь				Июль				Август				Сентябрь						
Числа	6-11	13-18	20-25	27-2	4-9	11-16	18-23	25-30	1-6	8-13	15-20	22-27	29-4	6-11	13-18	20-25	27-1	3-8	10-15	17-27	24-29	31-5	7-12	14-19	21-26	28-3	
Недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	
			Первый семестр										Второй семестр														
Пн			А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Э	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	П	П	П	А	А	А
Вт			А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Э	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	П	П	П	А	А	Э
Ср			А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Э	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	П	П	П	А	А	Э	
Чт			А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Э	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	П	П	П	А	А	Э	
Пт			А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Э	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	П	П	П	А	А	Э	
Сб			А	А	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Э	Д	Д	Д	Д	Д	Д	Д	П	П	П	А	А	И	

Условные обозначения:

А	Контактная работа (аудиторные очные занятия/онлайн занятия/гибридные занятия)
Э	Промежуточная аттестация (очно/онлайн / с использованием ДОТ)
Д	Обучение с использованием ДОТ и электронное обучение, самостоятельная работа слушателей с использованием ресурсов Образовательного портала университета
П	Производственная практика
И	Итоговая аттестация

2.3. Содержание программ дисциплин

2.3.1. Рабочая программа дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
Нормативные правовые акты, регулирующие деятельность в сфере физической культуры и спорта, разного уровня: международного - Конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации).	ПК-1

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: зачет.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		6
Практические и семинарские занятия		6
Самостоятельная работа		18
Промежуточная аттестация (зачет)		2
Общая трудоемкость	часы	32

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практ.	С/р
1	Система права в области физической культуры и спорта.	Понятие и виды источников права в области физической культуры и спорта. Законодательство в сфере физической культуры и спорта, образования. Нормативно-правовое регулирование в сфере противодействия экстремизму, терроризму, коррупции.	6	2	-	4
2	Гражданско-правовые отношения в сфере физической культуры и спорта.	Правовой статус субъектов гражданский правоотношений. Гражданско-правовые договоры понятие и виды. Ответственность за неисполнение гражданско-правового договора. Содержание договора (условия). Существенные, обычные, случайные условия. Обеспечение надлежащего исполнения договоров.	6	-	2	4
3	Особенности регулирования трудовых правоотношений в сфере физической культуры и спорта.	Правовой статус работника и работодателя как субъектов трудового правоотношения в сфере физической культуры и спорта. Понятие, признаки и виды трудовых договоров в сфере физической культуры и спорта. Дисциплинарная ответственность в сфере физической культуры и спорта. Материальная ответственность работников и работодателей в сфере физической культуры и спорта. Охрана труда и техника безопасности в тренировочном процессе.	6	2	2	2
4	Юридическая ответственность субъектов в сфере физической культуры и спорта.	Гражданско-правовая ответственность. Административная ответственность за правонарушения в сфере физической культуры и спорта. Виды административных наказаний. Уголовная ответственность в сфере физической культуры и спорта, образовании. Понятие и состав преступления. Обстоятельства, исключающие преступность деяния в сфере физической культуры и спорта, образовании. Виды наказаний за совершение преступлений физической культуры и спорта, образовании. Преступления в области коррупции, ответственность.	8	2	-	6
5	Правовые аспекты защиты нарушенных прав в области физической культуры и спорта.	Понятие трудовых споров. Рассмотрение индивидуальных споров в комиссиях по трудовым спорам и в судебных органах. Виды судебной защиты нарушенных трудовых прав. Гражданский процесс. Порядок гражданского судопроизводства. Гражданский иск: подсудность по гражданским делам; стороны процесса. Особенность судебного производства по гражданским делам о защите прав и интересов в области физической культуры и спорта. Арбитраж по делам о защите прав и законных интересов субъектов в области физической культуры и спорта: понятие, стороны. Процедура арбитражного делопроизводства: сроки подачи исков, сроки рассмотрения, отклонения дела, вынесение решения.	6	-	2	4
Итого часов:			32	6	6	20

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	Знает: Нормативные правовые акты, регулирующие деятельность в сфере физической культуры и спорта, разного уровня: международного - Конвенция о правах ребенка; федерального, регионального, локального (на уровне организации, осуществляющей спортивную подготовку и образовательной организации)	устный опрос

Форма промежуточной аттестации: зачёт

Зачет проводится в устной форме. Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Охарактеризуйте систему органов государственной власти в Российской Федерации.
2. Перечислите основные признаки нормативно правового акта.
3. Назовите и охарактеризуйте признаки юридического лица.
4. Соотнесите понятия «правоспособность», «дееспособность», «деликтоспособность», «правосубъектность».
5. Перечислите права работников и работодателя.
6. Дайте понятие должностным обязанностям и перечислите обязанности работников и работодателя.
7. Определите виды ответственности работников и работодателя.
8. Разграничьте понятия «прием на работу» и «оформление трудового договора».
9. Охарактеризуйте виды переводов на другую работу.
10. Опишите порядок заключения трудового договора.
11. Перечислите основания прекращения трудового договора по обстоятельствам, не зависящим от воли сторон.
12. Дайте понятие «правонарушение» и назовите его юридические признаки.
13. Дайте понятие «юридическая ответственность» и назовите ее признаки.
14. Дайте понятие административного правонарушения и перечислите элементы состава административного правонарушения.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеев, С. В. Спортивное право: договорные отношения в спорте : учебное пособие для вузов / С. В. Алексеев, М. О. Буянова, А. В. Чеботарев ; под редакцией С. В. Алексеева. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 107 с.
2. Алексеев, С.В. Спортивное право России: учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям «Юриспруденция», «Физическая культура и спорт»/СВ.Алексеев; под ред.П.В.Крашениникова.-3-е изд., перераб.и доп.-М.: ЮНИТИ-ДАНА, Закон право.-2017.-1055 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- 1.Алексеев, С. В. Спортивное право: договорные отношения в спорте : учебное пособие для вузов / С. В. Алексеев, М. О. Буянова, А. В. Чеботарев ; под редакцией С. В. Алексеева. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 107 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12723-2. — Текст : электронный

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

Информационные ресурсы образовательной организации:

1. lib.sibsport.ru – сайт библиотеки;
2. moodle.sibgufk.ru – образовательный портал и система дистанционного обучения;
3. sibsport.ru – официальный сайт вуза.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.2. Рабочая программа дисциплины «Теория спорта»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
<ul style="list-style-type: none"> – Положения теории спорта. – Концептуальные положения и требования к организации тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые ФС СП. – Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФС СП. – Специфические особенности тренировочного процесса в организациях осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с ФС СП. 	ПК-1
Умения:	
<ul style="list-style-type: none"> – Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки и резервы улучшения его результативности. – Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов. – Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. – Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. – Оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс. – Контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов. 	ПК-1

Иметь опыт деятельности:	
– Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с ФС СП.	ПК-1

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		10
Практические и семинарские занятия		8
Самостоятельная работа		38
Промежуточная аттестация (экзамен)		2
Общая трудоемкость	часы	58

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практ.	С/р
1	Особенности предмета теории спорта, ее специфические понятия.	Состояние современного спорта. Социальные функции спорта. Классификация спорта. Понятия теории спорта.	8	2	-	6
2	Общая характеристика системы подготовки спортсмена.	Виды подготовки спортсмена. Техническая подготовка. Физическая подготовка. Тактическая подготовка. Психологическая подготовка. Интеллектуальная подготовка. Интегральная подготовка.	12	2	2	8
3	Структура спортивной тренировки.	Основы построения спортивной тренировки. Характеристика микроциклов. Типы и структура мезоциклов. Структура годичных и многолетних циклов.	12	2	2	8
4	Подготовка спортсмена как многолетний процесс.	Структура многолетней подготовки. Этапы многолетней подготовки.	12	2	2	8
5	Технологии планирования и контроля.	Сущность, назначение и виды планирования. Контроль в подготовке спортсменов. Учет в процессе спортивной тренировки.	14	2	2	10
Итого часов:			58	10	8	40

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Положения теории спорта. - Концептуальные положения и требования к организации тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые ФС СП. - Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФС СП. - Специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с ФС СП. 	Устный опрос
	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки и резервы улучшения его результативности. - Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов. - Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. - Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. - Оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс. - Контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов. 	Доклад с презентацией
	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Планирования тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с ФС СП. 	Реферат

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Экзамен проводится в устной форме. Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Сущность спорта, спорт в узком и широком понимании.
2. Социальные функции спорта.
3. Общая характеристика любительского спорта. Классификация любительского спорта:
4. Общая характеристика профессионального спорта. Классификация профессионального спорта.
5. Подготовка спортсмена как многокомпонентный процесс
6. Современные тенденции и направления в развитии отечественного и зарубежного спорта высших достижений.
7. Понятие «соревновательная деятельность». Содержание и особенности соревновательной деятельности (на примере избранного вида спорта).
8. Соревнование как основа существования спорта. Понятие «спортивное соревнование», особенности спортивных соревнований, классификация спортивных соревнований.
9. Общая характеристика и структура спортивных соревнований.
10. Система международных соревнований в избранном виде спорта. Особенности индивидуальной системы соревнований спортсмена.
11. Спортивный результат как специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности, критерии их измерения и оценки.
12. Классификация спортивных достижений. Сравнительная характеристика видов спорта, различающихся по результатам соревновательной деятельности.
13. Понятие «спортивная тренировка». Цель, задачи и характерные черты спортивной тренировки
14. Общие методические принципы и их место в теории спортивной тренировки: общепедагогические принципы, принципы воспитания, принципы развития физических способностей.
15. Специальные принципы спортивной тренировки: единство углубленной специализации и направленности к высшим спортивным достижениям (сущность и реализация принципа при построении и организации тренировочного процесса).
16. Специальные принципы спортивной тренировки: единство общей и специальной подготовки спортсмена (сущность и реализация принципа при построении и организации тренировочного процесса).
17. Специальные принципы спортивной тренировки: непрерывность тренировочного процесса (сущность и реализация принципа при построении и организации тренировочного процесса).
18. Специальные принципы спортивной тренировки: Единство постепенности увеличения нагрузки и тенденции к максимальным нагрузкам (сущность и реализация принципа при построении и организации тренировочного процесса).
19. Специальные принципы спортивной тренировки: волнообразность и вариативность динамики нагрузок (сущность и реализация принципа при построении и организации тренировочного процесса).
20. Специальные принципы спортивной тренировки: цикличность тренировочного процесса (сущность и реализация принципа при построении и организации тренировочного процесса).
21. Средства спортивной тренировки: собственно тренировочные средства.
22. Средства спортивной тренировки: естественно-средовые средства.
23. Медико-биологические средства спортивной тренировки, их разновидности и особенности использования.

24. Психологические средства спортивной тренировки, их варианты и особенности использования.
25. Материально-технические средства спортивной тренировки, их разновидности и особенности использования в избранном виде спорта.
26. Задачи, содержание, варианты равномерного и переменного методов развития физических качеств.
27. Задачи, содержание, варианты повторного и интервального методов развития физических качеств.
28. Задачи, содержание, методические особенности игрового и соревновательного методов в спортивной тренировке.
29. Задачи, содержание, варианты круговой тренировки на разных этапах подготовки спортсменов.
30. Методика развития скоростных качеств спортсмена.
31. Методика развития скоростно-силовых качеств спортсмена.
32. Методика развития силовых качеств спортсмена.
33. Методика развития координационных способностей спортсмена.
34. Методика развития специальной выносливости в избранном виде спорта.
35. Методика развития гибкости в избранном виде спорта.
36. Стороны спортивной тренировки: Техническая подготовка спортсмена (понятие). Виды, задачи, средства, методы технической подготовки. Специфика технической подготовки в избранном виде спорта.
37. Стороны спортивной тренировки: Тактическая подготовка спортсмена (понятие). Виды, задачи, средства, содержание и методические особенности тактической подготовки в избранном виде спорта.
38. Стороны спортивной тренировки: Физическая подготовка спортсмена. Специфика физической подготовки в избранном виде спорта.
39. Стороны спортивной тренировки: Психологическая подготовка спортсмена: понятие психологической подготовки спортсмена, ее виды, значимые психические качества спортсмена в избранном виде спорта, психологическая подготовка к соревнованиям.
40. Стороны спортивной тренировки: интеллектуальная подготовка спортсмена (ведущие компоненты интеллектуальных способностей спортсмена, содержание интеллектуальной подготовки спортсмена, теоретические знания, необходимые для реализации различных сторон подготовленности в избранном виде спорта.
41. Стороны спортивной тренировки: Интегральная подготовка спортсмена, её средства и методы. Специфика интегральной подготовки в избранном виде спорта.
42. Физическая нагрузка, способы ее регулирования и контроля в спортивной тренировке.
43. Структура отдельного тренировочного занятия.
44. Построение спортивной тренировки в малых циклах (на примере избранного вида спорта): собственно тренировочные микроциклы, варианты и особенности чередования нагрузок.
45. Построение спортивной тренировки в малых циклах (на примере избранного вида спорта): предсоревновательные микроциклы, варианты и особенности чередования нагрузок.
46. Построение спортивной тренировки в малых циклах (на примере избранного вида спорта): соревновательные и восстановительные микроциклы, варианты и особенности чередования нагрузок.
47. Построение спортивной тренировки в средних циклах (мезоциклах) на примере избранного вида спорта: типы мезоциклов, варианты чередования микроциклов в мезоциклах.
48. Построение спортивной тренировки в макроциклах (на примере избранного вида спорта). Соотношение динамики объема и интенсивности нагрузки в структуре годового цикла при одно-, двух-, трехпиковом варианте его построения.

49. Соотношение общей и специальной подготовки в годичном цикле (на примере избранного вида спорта).
50. Соотношение физической и технико-тактической подготовки в годичном цикле тренировки (на примере избранного вида спорта)
51. Особенности построения тренировочного процесса в подготовительном периоде годичного цикла подготовки в избранном виде спорта.
52. Особенности построения тренировочного процесса в соревновательном периоде годичного цикла подготовки в избранном виде спорта.
53. Особенности направленности и содержания этапов спортивной тренировки в избранном виде спорта.
54. Особенности направленности и содержания спортивной тренировки на этапе предварительной подготовки и начальной специализации в избранном виде спорта.
55. Особенности направленности и содержания спортивной тренировки на этапе углубленной специализации в избранном виде спорта.
56. Особенности направленности и содержания спортивной тренировки на этапе спортивного совершенствования в избранном виде спорта.
57. Особенности направленности и содержания спортивной тренировки на этапе сохранения достижений (спортивного долголетия) в избранном виде спорта.
58. Контроль в подготовке спортсменов: значение и виды контроля.
59. Контроль за технической подготовленностью спортсмена в процессе многолетней подготовки.
60. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками в процессе подготовки в избранном виде спорта.
61. Контроль физического состояния спортсмена в процессе подготовки в избранном виде спорта.
62. Психологический контроль в подготовке спортсменов.
63. Методика комплексного контроля в подготовке спортсменов.
64. Учет в процессе спортивной подготовки, его значение и виды.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

1. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для студентов вузов по укрупненной гр. специальностей и направлений подг. 49.00.00 - Физ. культура и спорт" / Л. П. Матвеев. – 7-е изд., стер. – Москва : Спорт, 2020. – 342 с. – (Олимпийское образование). – Повторное издание без изменений в содержании книги 2019 года с аналогичным названием. – ISBN 978-5-906132-50-5.
2. Никитушкин В. Г. Спорт высших достижений: теория и методика : учеб. пособие / В. Г. Никитушкин, Ф. П. Суслов. – Москва : Спорт, 2018. – 320 с. – ISBN 978-5-9500178-0-3.
3. Платонов В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов : монография / В. Н. Платонов. – Москва : Спорт, 2022. – 656 с. – Повторное издание без изменений в содержании книги 2019 года с аналогичным названием. – ISBN 978-5-907225-93-0.
4. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп. лит., 2014. – 624 с. – Повторное издание без изменений в содержании книги 2013 года с аналогичным названием . – ISBN 978-5-966-8708-66-4.
5. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов по направлению 521900 "Физ. культура" и специальности 022300 - "Физ. культура и спорт" / под ред. Ю. Ф. Курамшина. – 4-е изд., стер. – Москва : Сов. спорт, 2010. – 464 с. – Повторное издание без изменений в содержании книги 2003 года с аналогичным названием . – ISBN 978-5-9718-0431-4.

6. Тихомиров А. К. Современная спортивная подготовка : монография / А. К. Тихомиров ; Московская гос. акад. физ. культуры. – Малаховка : [б. и.], 2016. – 1 файл. – Загл. с титул. экрана. – ISBN 978-5-00063-006-8. – Текст : электронный.

7. Фискалов В. Д. Теоретико-методические аспекты практики спорта : учеб. пособие высш. проф. образования по направлению подгот. 034500.68 и 49.04.03 - "Спорт" / В. Д. Фискалов, В. П. Черкашин. – Москва : СПОРТ, 2016. – 352 с. – ISBN 978-5-906839-21-3.

8. Шаруненко Ю. М. Проблемы управления подготовкой спортсменов высокой квалификации : монография / Ю. М. Шаруненко ; Межрегиональная Акад. безопасности и выживания. – Орел : МАБИВ, 2014. – URL: <http://www.iprbookshop.ru> (дата обращения: 12.01.2019). – ISBN 978-5-98079-937-7. – Текст : электронный.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

1. РУКОНТ <https://rucont.ru/>
2. IPRbooks <https://www.iprbookshop.ru/>
3. ЮРАЙТ <https://urait.ru/>
4. МГАФК <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
5. НГПУ МЭБ <https://icdlib.nspu.ru/>
6. НГУ им. П.Ф.Лесгафта <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
7. ВЛГАФК <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
8. Поволжский ГУФКСиТ <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
9. ЭБС ЛАНЬ <https://e.lanbook.com/>
10. АИБС «МегаПро» <https://data-express.ru/aibc-megapro/>
11. Академия Google <https://scholar.google.ru/>
12. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://www.elibrary.ru/>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.3. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физической культуры»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

ПК-3. Способен осуществлять психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом.

ПК-6. Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой и спортом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
<ul style="list-style-type: none"> – Положения теории спорта. – Концептуальные положения и требования к организации тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые ФС СП. – Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФС СП. – Специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с ФС СП. 	ПК-1
<ul style="list-style-type: none"> – Характеристика личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся в контексте обучения в предметной области физической культуры согласно ФГОС. – Методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса. 	ПК-3
<ul style="list-style-type: none"> – Нормативные правовые акты, регламентирующие создание условий безопасности для здоровья и жизни обучающихся при организации и проведении образовательного процесса, спортсменов при организации и проведении тренировочного процесса, а также при организации и проведении спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. – Способы предотвращения возникновения основных причин травматизм. – Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом. 	ПК-6
Умения:	
<ul style="list-style-type: none"> – Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки и резервы улучшения его результативности. – Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов. – Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. – Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. – Оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс. 	ПК-1

– Контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов.	
– Оценивать достижения обучающихся на основе взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов. – Создавать и применять в практике обучения в предметной области физической культуры рабочие программы, методические разработки, дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. – Анализировать деятельность и ее результаты для корректировки процессов спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования.	ПК-3
– Разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма. – Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма.	ПК-6
Иметь опыт деятельности:	
– Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с ФС СП.	ПК-1

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		12
Практические и семинарские занятия		14
Самостоятельная работа		24
Промежуточная аттестация (экзамен)		2
Общая трудоемкость	часы	52

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практические	С/р
1	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе.	Понятие «Физическая культура» и ее связь с общей культурой. Структура физической культуры. Функции физической культуры.	8	2	2	4
2	Основы обучения двигательным действиям.	Формирование знаний, умений и навыков как процесс и результат обучения. Перенос навыков. Структура процесса обучения двигательным действиям. Предупреждение и исправление ошибок.	8	2	2	4
3	Общая характеристика физических способностей.	Понятие о физических способностях, основные формы их проявления. Основные закономерности развития физических способностей.	8	2	2	4
4	Средства формирования физической культуры личности.	Понятие о средствах. Физические упражнения – основное и специфическое средство физической культуры. Классификация физических упражнений. Содержание и форма физических упражнений. Техника физических упражнений.	8	2	2	4
5	Методы формирования физической культуры личности.	Понятия «метод», «методический прием», «методика», «методический подход». Классификация методов: методы, направленные на приобретение знаний; методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками; методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических качеств.	6	2	2	2
6	Формы построения занятий физическими упражнениями.	Общая характеристика форм построения занятий. Классификация занятий урочного типа. Содержание занятий урочного типа. Структура занятий урочного типа. Характеристика занятий неурочного типа.	6	-	2	4
	Планирование и контроль в физической культуре.	Понятие о планировании, его виды и содержание. Понятие контроля и учета. Требования к контролю и учету. Виды, содержание и методики контроля и учета. Документы контроля и учета.	8	2	2	4
Итого часов:			52	12	14	26

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Положения теории спорта. – Концептуальные положения и требования к организации тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, определяемые ФС СП. – Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФС СП. – Специфические особенности тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с ФС СП. 	Устный опрос.
	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Выявлять проблемы тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки и резервы улучшения его результативности. – Применять средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами спортсменов. – Использовать и модифицировать системы показателей для контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. – Анализировать нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов. – Оценивать результативность тренировочного процесса, выявлять проблемы в организации и вносить необходимые коррективы в тренировочный процесс. – Контролировать и корректировать (при необходимости) величину физической нагрузки спортсменов. 	
	<p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Планирования тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с ФС СП. 	План-конспект
ПК-3	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Характеристику личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся в контексте обучения в предметной области физической культуры согласно ФГОС. - Методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса. <p>Умеет:</p>	Устный опрос. Письменная работа «Анализ эффективности тренировочного занятия по результатам»

	<ul style="list-style-type: none"> - Оценивать достижения обучающихся на основе взаимного дополнения количественной и качественной характеристик образовательных результатов. - Создавать и применять в практике обучения в предметной области физической культуры рабочие программы, методические разработки, дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. - Анализировать деятельность и ее результаты для корректировки процессов спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования. 	пульсометрии»
ПК-6	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Нормативные правовые акты, регламентирующие создание условий безопасности для здоровья и жизни обучающихся при организации и проведении образовательного процесса, спортсменов при организации и проведении тренировочного процесса, а также при организации и проведении спортивных, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. - Способы предотвращения возникновения основных причин травматизм. - Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма. - Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма. 	Устный опрос. План-конспект

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Экзамен проводится в устной форме. Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Сравнительная характеристика понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт», «физическая рекреация», «двигательная реабилитация», «физическое совершенство», их связь и специфические стороны.
2. Структура физической культуры как вида культуры.
3. Общие и специфические функции физической культуры.
4. Цель, задачи и общие принципы системы физкультурного воспитания.
5. Понятие о средствах формирования физической культуры личности, их классификационная характеристика.
6. Физические упражнения, их классификация. Многосторонность и обусловленность влияния физических упражнений на занимающихся.
7. Техника физических упражнений (понятие, основа, ведущее звено, детали техники).
8. Пространственные и пространственно-временные характеристики техники движений, их педагогическое значение.
9. Временные и динамические характеристики техники движений, их педагогическое значение.
10. Ритм как комплексная характеристика техники движений, его педагогическое значение.
11. Неспецифические средства физической культуры, их характеристика.
12. Классификация методов, используемых для формирования физической культуры личности. Требования к выбору методов.
13. Методы разучивания двигательных действий в целом и по частям (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
14. Метод равномерного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
15. Метод переменного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
16. Метод повторного упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
17. Метод интервального упражнения (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
18. Круговая тренировка как организационно-педагогическая форма занятия (назначение, содержание, методические особенности, варианты).
19. Игровой и соревновательный методы, их значение и особенности использования.
20. Нагрузка и отдых при занятиях физическими упражнениями, их виды. Приемы регулирования и дозирования нагрузки.
21. Характеристика словесных методов, особенности их использования при занятиях физическими упражнениями.
22. Методы обеспечения наглядности при занятиях физическими упражнениями.
23. Принцип сознательности и активности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
24. Принцип наглядности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
25. Принцип доступности и индивидуализации (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
26. Принцип систематичности (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).

27. Принцип непрерывности процесса занятий физическими упражнениями (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
28. Принцип циклического построения системы занятий (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
29. Принцип прогрессирования воздействий (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
30. Принцип возрастной адекватности педагогического воздействия (общая характеристика, пути реализации в процессе занятий физическими упражнениями).
31. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям.
32. Понятие о двигательных умениях и навыках, их отличительные черты. Закономерности формирования двигательных навыков.
33. Перенос двигательных навыков (понятие, виды переноса).
34. Структура процесса обучения двигательным действиям, характеристика его этапов.
35. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения. Способы предупреждения и устранения ошибок.
36. Общая характеристика физических способностей (понятие, взаимосвязь способностей и качеств, классификация,
37. Основные закономерности развития физических способностей: этапность, неравномерность, гетерохронность.
38. Силовые способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).
39. Скоростные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).
40. Скоростно-силовые способности (факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).
41. Выносливость (понятие; виды; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития общей выносливости).
42. Специальная выносливость (определение, факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).
43. Координационные способности (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).
44. Ловкость как комплексное проявление координационных способностей (факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).
45. Гибкость (понятие; формы проявления; факторы, определяющие уровень развития и проявления; методика развития).
46. Перенос физических способностей (качеств): понятие о переносе, его виды и значение.
47. Задачи, содержание и пути интеллектуального, нравственного, эстетического и других видов воспитания занимающихся физическими упражнениями.
48. Формы построения занятий физическими упражнениями, их классификация и особенности.
49. Занятия урочного типа, их виды и разновидности.
50. Содержание и структура занятий урочного типа.
51. Содержание подготовки педагога к уроку. Форма конспекта урока и требования к его разработке.
52. Современные требования к уроку физической культуры.
53. Методы организации и управления деятельностью занимающихся на уроке.
54. Планирование работы по физической культуре (назначение, методические требования, виды, содержание, технология и документы).
55. Контроль и учет в процессе занятий физическими упражнениями (назначение, методические требования, виды, содержание и технология, документы).

56. Общая характеристика занятий неурочного типа.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ,
необходимый для освоения дисциплины

1. Быченков С. В. Теория и организация физической культуры в вузах : учеб.-метод. пособие / С. В. Быченков, А. В. Курбатов, А. А. Сафонов. – 2-е изд. – Саратов : Вузов. образование, 2024. – 242 с. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/142101.html> (дата обращения: 05.08.2024). – ISBN 978-5-4487-1008-7. – Текст : электронный.

2. Карась А. Л. Развитие координационных способностей юных спортсменов в хоккее с шайбой средствами спортивно-прикладной гимнастики : пособие / А. Л. Карась, Г. В. Антонов, О. В. Карась ; под общ. ред. А. Л. Карась ; Белорусский гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2023. – 132 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/405014>(дата обращения: 23.04.2024). – ISBN 978-985-569-673-6. – Текст : электронный.

3. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов по направлению 521900 "Физ. культура" и специальности 022300 - "Физ. культура и спорт" / под ред. Ю. Ф. Курамшина. – 4-е изд., стер. – Москва : Сов. спорт, 2010. – 464 с. – Повторное издание без изменений в содержании книги 2003 года с аналогичным названием . – ISBN 978-5-9718-0431-4.

4. Теория, методика и практика физического воспитания : учеб. пособие для студентов высш. образоват. учреждений физ. культуры и спорта / А. В. Сафощин, Ч. Т. Иванков, А. Я. Габбазова, С. Ч. Мухаметова ; Московский пед. гос. ун-т. – 3-е изд., стер. электрон. – Москва : Изд-во МПГУ, 2024. – 392 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/145485.html> (дата обращения: 14.11.2024). – ISBN 978-5-4263-0744-5. – Текст : электронный.

5. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению подготовки "Пед. образование" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 12-е изд., испр. – Москва : Академия, 2014. – 480 с. – (Высш. образование. Бакалавриат). – Повторное издание без изменений в содержании книги 2012 года с аналогичным названием и книги 2001 года под заглавием: Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие . – ISBN 978-5-4468-0491-7.

6. Холодов Ж. К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений физ. культуры / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – Москва : Академия, 2001. – 143 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ
«ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

1. РУКОНТ <https://rucont.ru/>
2. IPRbooks <https://www.iprbookshop.ru/>
3. ЮРАЙТ <https://urait.ru/>
4. МГАФК <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
5. НГПУ МЭБ <https://icdlib.nspu.ru/>
6. НГУ им. П.Ф.Лесгафта <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
7. ВЛГАФК <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
8. Поволжский ГУФКСиТ <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
9. ЭБС ЛАНЬ <https://e.lanbook.com/>
10. АИБС «МегаПро» <https://data-express.ru/aibc-megapro/>
11. Академия Google <https://scholar.google.ru/>
12. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://www.elibrary.ru/>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.4. Рабочая программа дисциплины «Анатомия и физиология человека»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
– Положения анатомии человека, физиологии человека. – Анатомо-морфологические и физиологические особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта. – Методика контроля и оценки антропометрических и физиологических параметров человека.	ПК-1

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		14
Практические и семинарские занятия		16
Самостоятельная работа		52
Промежуточная аттестация (экзамен)		2
Общая трудоемкость	часы	84

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практ.	С/р
1	Общие вопросы анатомии, физиологии.	Предмет и методы анатомии и физиологии. Организм и его свойства. Онтогенез. Закономерности роста и развития. Двигательная одаренность. Воздействие окружающей среды на развитие детского организма.	12	2	2	8
2	Регуляторные системы организма.	Общая и частная анатомия и физиология нервной системы. Возрастные особенности. Анатомия и физиология эндокринной системы. Возрастные особенности. Понятие о нейрогуморальной регуляции функций организма. Понятие о высшей нервной деятельности.	16	4	4	8
3	Сенсорные системы.	Общие вопросы анатомии и физиологии сенсорных систем. Строение, функции, возрастные особенности зрительной, слуховой, вестибулярной и других сенсорных систем.	12	2	2	8
4	Внутренняя среда организма. Обмен веществ и энергии. Теплообмен.	Внутренняя среда организма. Кровь. Обмен веществ и энергии. Теплообмен. Возрастные особенности.	14	2	2	10
5	Опорно-двигательный аппарат человека.	Скелет человека. Мышечная система. Возрастные особенности.	14	2	2	10
6	Висцеральные системы.	Сердечно-сосудистая система. Возрастные особенности. Дыхательная система. Возрастные особенности. Пищеварительная система. Выделительная система.	16	2	4	10
Итого часов:			84	14	16	54

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знает основы строения и основные функции органов, систем и целостного организма и механизмы их регуляции у людей разного возраста и пола - знает антропометрические и физиологические методы исследования, в том числе, используемые при спортивном отборе и ориентации. - знает критерии оценки основных антропометрических и физиологических параметров человека. 	<p>Практические работы, тест</p> <p>Практические работы, тест</p> <p>Практические работы, тест</p>

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Экзамен проводится в устной форме. Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Организм человека и составляющие его структуры. Части, поверхности, области тела человека. Плоскости симметрии, оси вращения.
2. Закономерности роста и развития организма. Паспортный и биологический возраст.
3. Возрастная периодизация. Критические и сенситивные периоды. Факторы, оказывающие влияние на процесс индивидуального развития.
4. Общая характеристика возбудимых тканей. Потенциал покоя и потенциал действия.
5. Нейрон как структурная и функциональная единица ЦНС. Рефлекторная дуга.
6. Свойства нервных центров. Торможение в ЦНС. Общая схема регуляции двигательной активности.
7. Спинной мозг и стволовые центры в регуляции движений.
8. Морфофункциональные особенности коры больших полушарий (многослойность, функциональные единицы, поля, соматотопическая и динамическая локализация функций). Электрическая активность коры больших полушарий.
9. Строение, функции и отделы вегетативной нервной системы. Отличия этих отделов.
10. Гормоны гипоталамуса, гипофиза, надпочечников и их функции.
11. Гормоны щитовидной и околощитовидной железы. Эндокринные функции поджелудочной железы. Половые гормоны и их функции.
12. Понятие о высшей нервной деятельности. Безусловные и условные рефлексы. Торможение – механизм формирования условных рефлексов.
13. Зрительная сенсорная система, строение и функциональная организация.
14. Строение и функциональная организация слуховой сенсорной системы.
15. Вестибулярная и двигательная сенсорная системы. Строение и функциональная организация.
16. Состав и объем крови. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты и их функции.
17. Плазма крови. Группы крови и резус-фактор. Свертывание крови.
18. Обмен белков, жиров и углеводов.
19. Энергетический баланс. Значение воды, витаминов и минеральных веществ для жизненных процессов организма.
20. Теплопродукция и теплоотдача. Терморегуляция при различных температурах окружающей среды.
21. Скелет человека. Классификация соединений костей. Классификация суставов. Основные и вспомогательные элементы суставов.
22. Классификация и строение мышц. Строение и механизм сокращения мышечного волокна. Вспомогательный аппарат мышц, его значение.
23. Виды работы мышц. Мышечный тонус. Рычаговый принцип работы мышц. Антагонизм и синергизм мышц.
24. Функциональная организация сердечно-сосудистой системы. Свойства сердечной мышцы. Механическая работа сердца.
25. Дыхание и его функции. Вентиляция легких: механизм вдоха и выдоха. Легочные объемы и емкости.
26. Основные показатели вентиляции. Газообмен в лёгких. Обмен газов между кровью и тканями.
27. Анатомия и физиология отделов ЖКТ.
28. Общая характеристика выделительных процессов. Строение и механизмы работы почек.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ,

необходимый для освоения дисциплины

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Физиология человека: общая, спортивная, возрастная : учеб. для вузов физ. культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – 12-е изд. – Москва : Спорт, 2025. – 620 с. – Повторное издание без изменений в содержании книги 2012 года с аналогичным названием. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/149852.html> (дата обращения: 10.04.2025). – ISBN 978-5-6052413-3-1. – Текст : электронный.

2. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учеб. для высш. учеб. заведений физ. культуры / М. Ф. Иваницкий ; под ред. : Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. – 18-е изд. – Москва : Спорт, 2025. – 624 с. – Повторное издание без изменений в содержании книги 2003 года с аналогичным названием. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/152518.html> (дата обращения: 14.07.2025). – ISBN 978-5-907601-87-1.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Физиология человека : учебник / В. В. Селиверстова, Д. С. Мельников, Ю. А. Щедрина [и др.]. – Санкт-Петербург : Лань, 2025. – 232 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/488123> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-507-52460-0. – Текст : электронный.

2. Тулякова О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учеб. пособие / О. В. Тулякова. – 2-е изд. – Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. – 140 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/141129.html> (дата обращения: 22.07.2024). – ISBN 978-5-4497-3215-6. – Текст : электронный.

3. Черепкина, Л. П. Избранные лекции по физиологии человека (нервная и сенсорные системы) : учеб. пособие / Л. П. Черепкина, И. Г. Таламова. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2013. – 112 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

1. сайт библиотеки : lib.sibsport.ru
2. образовательный портал и система дистанционного обучения : moodle.sibgufk.ru
3. официальный сайт вуза : sibsport.ru

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиапроектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - GoogleChrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

Виртуальный лабораторный практикум LuPraFisim (бесплатное ПО).

2.3.5. Рабочая программа дисциплины «Антидопинговое обеспечение спорта»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-4. Способен осуществлять организацию участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

ПК-7. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
<ul style="list-style-type: none"> – Общероссийские антидопинговые правила, утвержденные общероссийской антидопинговой организацией в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, по согласованию с ним, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями. – Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние. 	ПК-4
<ul style="list-style-type: none"> – Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга, содержание и организация антидопинговых мероприятий. – Педагогические, медико-биологические и психологические аспекты проблемы применения допинга в спорте. – Основные характеристики допингов различных видов и их воздействие на организм спортсмена; мотивы применения спортсменами допинга. – Варианты организации антидопинговой работы с различными группами населения. – Законодательство РФ в сфере ответственности физических, юридических лиц за нарушение антидопинговых требований и правил. – Всемирный антидопинговый кодекс, антидопинговые правила и стандарты. – Меры ответственности и санкции за нарушение антидопинговых требований и правил. 	ПК-7
Умения:	
<ul style="list-style-type: none"> – Планировать и проводить антидопинговые мероприятия с применением методик проведения работы по предотвращению применения допинга. – Обеспечивать нетерпимость к допингу спортсменов с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте, формировании знаний и навыков определения возможных путей профилактической антидопинговой деятельности. – Использовать наглядные материалы при проведении профилактических занятий по основам противодействия применению допинга. – Планировать работу волонтеров при проведении антидопинговых мероприятий. – Разъяснять антидопинговые требования и правила спортсменам, обучающимся, волонтерам. 	ПК-7
Иметь опыт деятельности:	

<ul style="list-style-type: none"> – Проведение разъяснительной работы об антидопинговых правилах. – Проведение работы, способствующей формированию нетерпимости к допингу спортсменов, с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте. – Проведение методической работы по противодействию использованию запрещенных допинговых средств и (или) методов. – Подбор и обучение волонтеров для проведения профилактических антидопинговых мероприятий. 	ПК-7
--	------

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: зачет.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		6
Практические и семинарские занятия		8
Самостоятельная работа		20
Промежуточная аттестация (зачет)		2
Общая трудоемкость	часы	36

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практ.	С/р
1	История допинга и антидопингового контроля.	Проблема сохранения чистоты спортивных состязаний на современном этапе. Основные этапы многовековой истории допинга. Случаи применения допинга на спортивных состязаниях в течение XX и XXI века. Первые попытки введения антидопингового контроля. Основные вехи антидопингового контроля в XX и в начале XXI века. Основные положения Декларации по допингу в спорте, принятой на I Всемирной конференции по допингу в спорте (04.02.1999 г., Лозанна, Швейцария).	2	2	-	-
2	Всемирное антидопинговое агентство (WADA), Всемирный антидопинговый кодекс.	Всемирное антидопинговое агентство (WADA), история создания, учредители ВАДА. Функции, финансирование и управление ВАДА. Международная Конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте (Париж, 2005 г). Всемирный антидопинговый кодекс.	2	2	-	-
3	Запрещенный список.	Порядок подготовки и издания Запрещенного списка. Критерии включения субстанций и методов в Запрещенный список. Структура Запрещенного списка: субстанции и методы, запрещенные всегда, субстанции, запрещенные в соревновательный период, субстанции, запрещенные в отдельных видах спорта. Классы запрещенных субстанций .	2	2	-	-
4	Всемирный антидопинговый кодекс. Международные стандарты кодекса.	Всемирный антидопинговый Кодекс (2021 г.) и восемь Международных стандартов Кодекса. Порядок принятия, пересмотра и вступления в силу Всемирного антидопингового кодекса и Международных стандартов. Цель и назначение этих документов.	2	-	2	-
5	Общероссийские антидопинговые правила. Национальная антидопинговая организация России – РУСАДА.	Общероссийские антидопинговые правила (2021 г.). РУСАДА - национальная антидопинговая организация России. Цели и задачи РУСАДА.	2	-	2	-
6	Запрещенный список. Последствия	Критерии включения субстанций и методов в Запрещенный список. Структура Запрещенного списка. Субстанции и методы, запрещенные	2	-	2	-

	для здоровья спортсменов применения запрещенных в спорте субстанций и методов.	всегда. Характеристика отдельных классов субстанций и методов. Цель использования, механизмы действия, последствия применения запрещенных веществ и использования запрещенных методов				
7	Соревновательное и внесоревновательное тестирование. Допинг-контроль и его этапы.	Критерии включения спортсменов в регистрируемый пул тестирования. Требования, предъявляемые к информации о местонахождении спортсмена, включенного в регистрируемый пул тестирования. Система АДАМС и её назначение и использование. Содержание этапов допинг-контроля: планирование тестирования, взятие допинг-проб, хранение и транспортировка проб, послетестовые процедуры, проведение слушаний, рассмотрение апелляций. Типы проб. Порядок взятия проб мочи и крови. Права и обязанности спортсменов при тестировании. Заполнение протокола тестирования.	2	-	2	-
8	Причины распространения допинга в спорте.	Проблема сохранения чистоты спортивных состязаний в историческом контексте. Основные этапы многовековой истории допинга. Случаи применения допинга на спортивных состязаниях в течение XX и XXI века.	4	-	-	4
9	Международный стандарт по тестированию и расследованиям. Соревновательное и внесоревновательное тестирование.	Соревновательное и внесоревновательное тестирование. Принципы отбора спортсменов для тестирования: по результату, по жребию, целевое. Международный и национальный регистрируемые пулы тестирования.	8	-	-	8
10	Международный стандарт по терапевтическому использованию.	Критерии получения разрешения на терапевтическое использование запрещенных в спорте субстанций и методов. Порядок подачи запроса для получения разрешения на терапевтическое использование (ТИ). Получение разрешения на терапевтическое использование (ТИ) спортсменами национального и международного уровня. Роль врачебного персонала спортсмена в процессе составления запроса на ТИ. Комитеты по терапевтическому использованию (КТИ) антидопинговых организаций, требования к их составу и квалификации.	5	-	-	5

11	Последствия применения допинга. Статус спортсменов и иных лиц при дисквалификации.	Негативные последствия применения допинга для здоровья спортсменов. Последствия для карьеры в спортивной сфере для спортсменов и персонала спортсменов – санкции. Виды санкций: аннулирование результатов, дисквалификация, штрафные санкции. Факторы, влияющие на сроки дисквалификации. Санкции в отношении отдельных спортсменов и в командных видах спорта. Уголовное преследование за склонение спортсменов к применению допинга (в России и других странах мира). Статус спортсменов и иных лиц при дисквалификации.	5	-	-	5
Итого часов:			36	6	8	22

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-4	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> –Общероссийские антидопинговые правила, утвержденные общероссийской антидопинговой организацией в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, по согласованию с ним, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями. Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние. 	Тестирование (приложение 1)
ПК-7	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> –Нормативные правовые акты, регулирующие работу по предотвращению применения допинга, содержание и организация антидопинговых мероприятий. – Педагогические, медико-биологические и психологические аспекты проблемы применения допинга в спорте. – Основные характеристики допингов различных видов и их воздействие на организм спортсмена; мотивы применения спортсменами допинга. – Варианты организации антидопинговой работы с различными группами населения. – Законодательство РФ в сфере ответственности физических, юридических лиц за нарушение антидопинговых требований и правил. – Всемирный антидопинговый кодекс, антидопинговые правила и стандарты. Меры ответственности и санкции за нарушение антидопинговых требований и правил. 	Тестирование (приложение 1)

ПК-7	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Планировать и проводить антидопинговые мероприятия с применением методик проведения работы по предотвращению применения допинга. – Обеспечивать нетерпимость к допингу спортсменов с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте, формировании знаний и навыков определения возможных путей профилактической антидопинговой деятельности. – Использовать наглядные материалы при проведении профилактических занятий по основам противодействия применению допинга. – Планировать работу волонтеров при проведении антидопинговых мероприятий. <p>Разъяснять антидопинговые требования и правила спортсменам, обучающимся, волонтерам.</p>	Тестирование (приложение 1)
ПК-7	<p>Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> – Проведение разъяснительной работы об антидопинговых правилах. – Проведение работы, способствующей формированию нетерпимости к допингу спортсменов, с целью сохранения их здоровья и утверждения в спорте свода этических и моральных законов, основанных на внутреннем убеждении индивидуума о благородстве и справедливости в спорте. – Проведение методической работы по противодействию использованию запрещенных допинговых средств и (или) методов. <p>Подбор и обучение волонтеров для проведения профилактических антидопинговых мероприятий.</p>	Практико-ориентированные кейс-задания (приложение 1)

Форма промежуточной аттестации: зачет

Зачет проводится в форме тестирования. Для получения зачета необходимо верно выполнить не менее 50% заданий теста.

Шкала оценивания тестовых заданий:

Уровень усвоения высокий - 80-100% правильных ответов.

Уровень усвоения средний - 60-79% правильных ответов.

Уровень усвоения ниже среднего - 50-59% правильных ответов.

Уровень усвоения низкий - менее 50% правильных ответов.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

1. Андриянова Е. Ю. Основы антидопингового обеспечения: учеб. Пособие Великие Луки: [б. и.], 2017

2. Куртев С. Г., Поддубный С. К. Основы антидопингового обеспечения: учеб. Пособие Омск: Изд-во СибГУФК, 2018

3. Смоленский А. В., Тарасов А. В. Основы антидопингового обеспечения: учеб.-метод. Пособие Москва: ИКЦ "Колос -с", 2018.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

1. lib.sibsport.ru – сайт библиотеки;

2. moodle.sibgufk.ru – образовательный портал и система дистанционного обучения;

3. sibsport.ru – официальный сайт вуза.

4. gusada.ru – официальный сайт российского национального антидопингового агентства

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.6. Рабочая программа дисциплины «Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-3. Способен осуществлять психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом.

ПК-4. Способен осуществлять организацию участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
– Содержание информационного сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта.	ПК-3
Умения:	
– Использовать технологии информационного, технического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностям.	ПК-3
– Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи.	ПК-4

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: зачет.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов
Лекции	6
Практические и семинарские занятия	4
Самостоятельная работа	24
Промежуточная аттестация (зачет)	2
Общая трудоемкость	36
часы	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практ.	С/р
1	Цифровая трансформация спорта.	Социальные функции спорта и цифровых технологий, поисковые системы, цифровые сервисы в области физической культуры и спорта, основные направления ИКТ в спорте, информационная безопасность, облачные технологии и сервисы Web 2.0	8	2	2	4
2	Технологии создания и обработки материалов средствами текстового редактора.	Обработка и редактирование текстовых документов: настройка параметров страницы, форматирование текста, автоматическое оглавление, работа с таблицами и диаграммами, иллюстрациями слияние документов.	7	1	-	6
3	Обработка табличной информации.	Основные работы с электронными таблицами. Организация расчетов и визуализации данных в табличном процессоре. Работа с функциями, диаграммами, сортировка и фильтрация данных. Использование электронных таблиц для анализа данных. Обработка данных статистическими методами.	9	1	2	6
4	Информационные технологии в реализации системы контроля и презентационной деятельности.	Организация тестового контроля с использованием оболочки MyTest. Создание визуальной презентации с помощью онлайн-приложений. Создание интерактивного плаката/схемы средствами редактора Power Point. Телекоммуникационные технологии и мультимедиа технологии. Обработка графической информации.	12	2	-	10
Итого часов:			36	6	4	26

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-3	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Содержание информационного сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорт: планы мероприятий, включающие использование современных технологий и средств массовой коммуникации для привлечения внимания аудитории, интерактивные мероприятия и программы, способствующие вовлечению студентов и спортсменов в занятия физической культурой и спортом. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Использовать технологии информационного, технического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями: разнообразные формы представления информации, соответствующие целям и задачам конкретного мероприятия (презентации, видеоролики, инфографику, социальные сети). 	<p>Интерактивные упражнения, практические работы: создание презентации, опросника в Гугл- или Яндекс – формах, интерактивных упражнений, обработка текстовой и табличной информации, работа с электронными таблицами, создание инфографики.</p>
ПК-4	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи: регулярно проводит мониторинг эффективности проводимых мероприятий, используя обратную связь от участников и статистические данные, анализировать полученные результаты и принимает обоснованные решения относительно дальнейших действий по улучшению качества информационной поддержки. 	<p>Интерактивные упражнения, практические работы, тест</p>

Форма промежуточной аттестации: зачет

Зачет проводится в тестовой форме и состоит из 13 теоретических вопросов и 2 практических заданий; тестовые задания выбираются случайным образом из банка тестовых заданий в СДО Moodle, время выполнения 60 минут).

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеева А. П. Современные мультимедийные информационные технологии: учеб. пособие М.: СОЛОН-Пресс, 2017 – 108 с.
2. Гаврилов М.В. Информатика и информационные технологии : учебник для вузов / М. В. Гаврилов, В. А. Климов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 355 с.
3. Гурьев С.В. Современные информационные технологии в физической культуре и спорте: монография / С. В. Гурьев. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2014. 84 с.
4. Иванова А. В., Саркисян Т. А. Информационные технологии в профессиональной деятельности: учеб.-метод. пособие Сургут: РИО Сургут. пед. ун-та, 2019 – 111 с.
5. Петров П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учеб.пособие Саратов: Вузовское образование, 2020 – 377 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Минин А. Я. Информационные технологии в образовании: учеб. пособие М.: Изд-во МПГУ, 2016 – 150 с.
2. Советов Б. Я., Цехановский В. В. Информационные технологии: учеб. для приклад. бакалавриата М.: Юрайт, 2016 – 324 с.
3. П. К. Петров, Э. Р. Ахмедзянов, О. Б. Дмитриев Практикум по информационным технологиям в физической культуре и спорте: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению "Физическая культура" / П.К. Петров, Э.Р. Ахмедзянов, О.Б. Дмитриев. – Москва:Академия, 2010 – 288 с.
4. Родичев Ю.А. Нормативная база и стандарты в области информационной безопасности. Учебное пособие. – СПб: Питер, 2017. – 256 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

1. <https://onlinetestpad.com/> - платформа по созданию онлайн-тестов.
2. <https://bubbl.us> - сервисы для создания интеллек-карты.
3. <https://learningapps.org> – сервис для создания интерактивных упражнений.
4. <https://www.flippity.net/> - серия веб-приложений, которые могут легко превратить электронную таблицу Google в набор онлайн-карточек или викторины.
5. <https://www.visme.co/ru> - облачная платформа для создания визуального контента.
6. <https://promo.lsport.net/> - цифровые сервисы учёта спортивных мероприятий, спортсменов, тренеров, спортивных судей, сооружений, календаря спортивных мероприятий и расписания тренировок, рекордов и рейтингов.
7. <https://e-champs.com/> - цифровые сервисы организации и управления спортивными мероприятиями, онлайн-регистрации, приёма платежей, жеребьёвки и турнирных сеток.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске, офисный пакет MS Office либо аналог (например, LibreOffice); - программы для просмотра документов в формате pdf (Adobe Reader или аналог).

2.3.7. Рабочая программа дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ:

ПК-4. Способен осуществлять организацию участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Умения:	
– Выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности – Применять средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты. – Обеспечивать безопасность в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях.	ПК-4

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: зачет.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		4
Практические и семинарские занятия		4
Самостоятельная работа		14
Промежуточная аттестация (зачет)		2
Общая трудоемкость	часы	24

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практ.	С/р
1	Обеспечение правил техники безопасности в спорте.	Национальные стандарты безопасности при оказании спортивных услуг. Обеспечение безопасности при проведении соревнований. Пожарная безопасность при организации тренировок и соревнований. Средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты Антитеррористическая защищенность объектов спорта. План действий при террористической угрозе.	8	2	2	4
2	Угрозы и риски современного спорта.	Угрозы, риски и факторы риска современного спорта. Причины, способствующих снижению безопасности спортивной деятельности с точки зрения угроз для жизни и здоровья при занятиях спортом. Задачи развития физической культуры и спорта в Российской Федерации в контексте формирования здоровьесберегающей среды. Формы поведения молодежи, сопряженные с риском.	4	2	-	2
3	Современный спорт и здоровье спортсмена.	Внезапная смерть в спорте. Перенапряжение в спорте и синдром перетренированности.	2	-	-	2
4	Обеспечение общественного порядка и общественной безопасности при проведении физкультурных и спортивных мероприятий.	Система обеспечения безопасности на объектах спорта и организации работы с болельщиками и их объединениями Нормативные и организационные основы обеспечения общественного порядка и общественной безопасности при проведении физкультурных и спортивных мероприятий	2	-	-	2
5	Порядок расследования несчастных случаев на объекте спорта.	Порядок действий при несчастном случае с лицом, проходящим спортивную подготовку. Порядок работы комиссии при расследовании несчастного случая с лицом, проходящим спортивную подготовку.	4	-	2	2
6	Ответственность за нарушение обеспечения условий безопасного проведения тренировочных и спортивных мероприятий.	Правила по технике безопасности и поведения на тренировках. Правила безопасности при получении и использовании спортивных услуг. Обязательное страхование юных спортсменов. Правила перевозки детей для участия в спортивных соревнованиях. Ответственность за использование допинга в спорте.	2	-	-	2

7	Содержание и составные части плана по обеспечению безопасности спортсменов.	Трудовые действия специалистов по гражданской обороне, по пожарной профилактике, в области охраны труда в соответствии с профстандартами. План по организации безопасной среды при проведении тренировочных мероприятий в физкультурно-спортивной организации.	2	-	-	2
Итого часов:			24	4	4	16

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-4	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. – Применять средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты. – Обеспечивать безопасность в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. 	<p>Ситуационные задачи</p> <p>Устный опрос</p> <p>Разработка плана действий при возникновении ЧС</p>

Форма промежуточной аттестации: зачет

Зачет проводится в устной форме. Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Национальные стандарты безопасности при оказании спортивных услуг.
2. Обеспечение безопасности при проведении соревнований.
3. Пожарная безопасность при организации тренировок и соревнований.
4. Средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты.
5. Антитеррористическая защищенность объектов спорта.
6. План действий при террористической угрозе.
7. Угрозы, риски и факторы риска современного спорта.
8. Причины, способствующих снижению безопасности спортивной деятельности с точки зрения угроз для жизни и здоровья при занятиях спортом.
9. Задачи развития физической культуры и спорта в Российской Федерации в контексте формирования здоровьесберегающей среды.
10. Формы поведения молодежи, сопряженные с риском.
11. Внезапная смерть в спорте. Перенапряжение в спорте и синдром перетренированности.
12. Система обеспечения безопасности на объектах спорта и организации работы с болельщиками и их объединениями.
13. Нормативные и организационные основы обеспечения общественного порядка и общественной безопасности при проведении физкультурных и спортивных мероприятий.
14. Порядок действий при несчастном случае с лицом, проходящим спортивную подготовку. Порядок работы комиссии при расследовании несчастного случая с лицом, проходящим спортивную подготовку.
15. Правила по технике безопасности и поведения на тренировках.
16. Правила безопасности при получении и использовании спортивных услуг.
17. Обязательное страхование юных спортсменов. Правила перевозки детей для участия в спортивных соревнованиях.
18. Ответственность за использование допинга в спорте.
19. Трудовые действия специалистов по гражданской обороне, по пожарной профилактике, в области охраны труда в соответствии с профстандартами.
20. Организация безопасной среды при проведении тренировочных мероприятий в физкультурно-спортивной организации.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Бирюкова К. А. Управление спортивной школой в современных условиях : учеб. пособие / К. А. Бирюкова, И. Б. Еремин, С. С. Филиппов ; под ред. С. С. Филиппова. – Санкт-Петербург : Лань, 2025. – 280 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/488111> (дата обращения: 03.06.2025). – ISBN 978-5-507-52349-8. – Текст : электронный.
2. Гаврилова Е. А. Безопасный спорт : настольная книга тренера / Е. А. Гаврилова. – Москва : ПРИНТЛЕТО, 2022. – 512 с. : ил. – ISBN 978-5-6047734-8-2.
3. Захаров О. Ю. Безопасность в системе спортивного менеджмента : учеб. пособие / О. Ю. Захаров ; Южный фед. ун-т. – Ростов-на-Дону [и др.] : Изд-во ЮФУ, 2023. – 152 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/138007.html> (дата обращения: 05.04.2024). – ISBN 978-5-9275-4478-3. – Текст : электронный.
4. Сидоров Д. Г. Техника безопасности на занятиях по дисциплине "Физическая культура и спорт" : учеб.-метод. пособие / Д. Г. Сидоров, В. М. Щукин ; Нижегородский гос.

архитек.-строит. ун-т. – Нижний Новгород : ННГАСУ, 2024. – 38 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/472481> (дата обращения: 14.04.2025). – Текст : электронный.

5. Татарова С. Ю. Мероприятия, проводимые в целях профилактики и оказания первой медицинской помощи на занятиях физической культуры студентов вузов : учеб. пособие / С. Ю. Татарова, В. Б. Татаров ; Российский экон. университет им. Г. В. Плеханова. – 2-е изд., стер. электрон. – Москва : Изд-во РЭУ, 2024. – 94 с. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/140317> (дата обращения: 11.06.2024). – ISBN 978-5-6040243-0-0. – Текст : электронный.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений : учеб. и практикум для вузов / под общ. ред. В. П. Соломина. – Москва : Юрайт, 2024. – 413 с. – (Высш. образование). – . – URL: <https://urait.ru/bcode/557356> (дата обращения: 04.12.2024). – ISBN 978-5-534-19941-3. – Текст : электронный.

2. Кафтан В. В. Противодействие терроризму : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / В. В. Кафтан ; Финансовый ун-т при Правительстве РФ. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2018. – 261 с. – (Бакалавр и магистр. Модуль). – ISBN 978-5-534-00322-2.

3. Медведев Д. В. Первая помощь при заболеваниях и несчастных случаях : учеб.-метод. пособие / Д. В. Медведев, А. В. Бочаров ; Волгоградская гос. академия физ. культуры. – Волгоград : ВГАФК, 2023. – 109 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/404825> (дата обращения: 24.04.2024). – Текст : электронный.

4. Соколов А. Т. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие / А. Т. Соколов. – 4-е изд. – Москва : ИНТУИТ [и др.], 2024. – 191 с. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/133924.html> (дата обращения: 31.10.2023). – ISBN 978-5-4497-2444-1. – Текст : электронный.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ

«ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

Информационные ресурсы образовательной организации:

1. lib.sibsport.ru – сайт библиотеки;
2. moodle.sibgufk.ru – образовательный портал и система дистанционного обучения;
3. sibsport.ru – официальный сайт вуза.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.8. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

ПК-3. Способен осуществлять психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом.

ПК-4. Способен осуществлять организацию участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
<ul style="list-style-type: none"> – Положения теории и методики избранного вида спорта. – Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области ФК. – Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта. – Правила вида спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией. – Цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФС СП. – Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности. 	ПК-1
<ul style="list-style-type: none"> – Содержание технического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта. – Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности. 	ПК-3
<ul style="list-style-type: none"> – Санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность. – Требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности. – Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта. 	ПК-4
Умения:	
<ul style="list-style-type: none"> – Организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования. – Пользоваться приборами объективного контроля, техническими средствами и устройствами, средствами измерений, разработанными для оценки различных сторон подготовленности спортсменов, реакций организма на тренировочные и соревновательные нагрузки, эффективности тренировочного процесса, учета адаптационных перестроек функций организма спортсменов. – Анализировать результаты соревновательной деятельности для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. 	ПК-4

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		14
Практические и семинарские занятия		16
Самостоятельная работа		30
Промежуточная аттестация (экзамен)		2
Общая трудоемкость	часы	62

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практ.	С/р
1.	Методологические аспекты построения теории подготовки спортсменов и её практическая реализация.	Цель, задачи и содержание курса «Теория и методика избранного вида спорта». Краткий обзор истории развития избранного вида спорта. Современное состояние системы подготовки и выступлений спортсменов в избранном виде спорта. Терминология, классификация и общая характеристика спортивных дисциплин в избранном виде спорта.	10	2	2	4
2.	Общие положения и структура многолетней подготовки в спорте.	Виды подготовки в спорте и их соотношение на этапах многолетнего тренировочного процесса. Общие и специальные принципы, средства и методы спортивной подготовки, определяющие содержание занятий в избранном виде спорта. Основные современные концепции периодизации спортивной тренировки в спорте, их содержание и отличия.	10	2	4	4
3.	Методическое обеспечение тренировочной деятельности в избранном виде спорта.	Программно-нормативные основы системы физического воспитания и спорта в современной России. Федеральный стандарт спортивной подготовки в избранном виде спорта. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки в избранном виде спорта	12	2	2	6
4.	Особенности спортивной тренировки на разных этапах подготовки в избранном виде спорта.	Особенности спортивной тренировки на этапах многолетней подготовки. Цели, задачи спортивной тренировки на разных этапах подготовки в избранном виде спорта.	12	2	2	6
5.	Общие положения технологии планирования и контроля в избранном виде спорта.	Планирование и контроль общей и специальной подготовленности спортсменов на различных этапах многолетней подготовки в спорте. Составление плана – графика на годичный макроцикл в избранном виде спорта. Соответствие средств и подбор методов целям и задачам учебно-тренировочного процесса на этапах многолетнего тренировочного процесса. Комплексный контроль в подготовке спортсмена в избранном виде спорта.	14	4	2	6
6.	Система спортивных соревнований в избранном виде спорта.	Виды и классификация соревнований в избранном виде спорта. Соревнования в системе подготовки спортсменов в многолетнем тренировочном процессе. Организация и судейство соревнований различного уровня в избранном виде спорта. Правила соревнований в избранном виде спорта.	14	2	4	6
Итого часов:			62	14	16	32

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -положения теории и методики избранного вида спорта. -особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области ФК. -формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта. -правила вида спорта и требования для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта в соответствии с Всероссийской классификацией. -цели и задачи тренировочного процесса, определяемые ФССП. -требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности. 	<p>Устный опрос. Реферат. Сообщение с презентацией. Тест</p>
ПК-3	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -содержание технического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта. -требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности. 	<p>Подбор методов психолого-педагогического контроля за спортсменом в тренировочно-соревновательной деятельности</p>
ПК-4	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность. -требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности. -Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования. -пользоваться приборами объективного контроля, техническими средствами и устройствами, средствами измерений, разработанными для оценки различных сторон подготовленности спортсменов, реакций организма на тренировочные и соревновательные нагрузки, эффективности тренировочного процесса, учета адаптационных перестроек функций организма спортсменов. -анализировать результаты соревновательной деятельности для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. 	<p>Устный опрос. Подбор методик для определения уровня физической и технической подготовленности, функционального развития спортсмена. Проведение исследования по одной из методик (по выбору студента), анализ и оформление полученных результатов.</p>

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Экзамен проводится в устной форме.

Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Современные концепции периодизации спортивной тренировки. Характеристика периодов подготовки в избранном виде спорта.
2. Средства и методы физической культуры и спорта. Их характеристика.
3. Принципы спортивной тренировки. Средства и методы спортивной тренировки.
4. Содержание тренировочных занятий, их составные части, задачи.
5. Задачи спортивной тренировки на начальном этапе подготовки спортсменов в игровых видах спорта.
6. Задачи спортивной тренировки на тренировочном этапе подготовки спортсменов.
7. Задачи спортивной тренировки на этапе спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.
8. Правила разработки плана-конспекта тренировочного занятия.
9. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность организаций дополнительного образования в области ФКиС.
10. Виды и документы планирования в образовательной организации, их назначение и содержание.
11. Федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных и профессиональных программ подготовки в области ФКиС.
12. Основные разделы федерального стандарта спортивной подготовки в избранном виде спорта и их содержание.
13. Нормативные документы при организации физкультурно-массовых и спортивных мероприятий.
14. Положение о проведении соревнований, его содержание.
15. Регламент проведения соревнований, порядок организации.
16. Оценка уровня подготовленности занимающихся различного уровня подготовленности в избранном виде спорта.
17. Виды тренировочных мероприятий, их назначение, длительность, организация.
18. Содержание программы спортивной подготовки в избранном виде спорта
19. Содержание плана-графика и тематического плана в спортивной школе.
20. Должностные обязанности штатных сотрудников в организациях, ведущих спортивную подготовку.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Лёгкая атлетика : учеб. для инст-ов физической культуры – М., Альянс, 2017
2. Литвиненко Л.П., Маркина И.С. Теория и методика избранного вида спорта (спортивная тренировка в лёгкой атлетике): учебное пособие для студентов физич. культуры - Малаховка, 2019
3. Теория и методика избранного вида спорта: водные виды спорта: учеб. для академ. Бакалавриата – М.: Юрайт, 2019.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Бакшеев М.Д., Казызаева А.С. Построение микроциклов в спортивном плавании: учеб. Пособие – Омск: изд-во СибГУФК, 2020.
2. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «плавание»: приказ М-ва спорта Рос. Федерации от 16 ноября 2022г.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ

«ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

Информационные ресурсы образовательной организации:

1. lib.sibsport.ru – сайт библиотеки;
2. moodle.sibgufk.ru – образовательный портал и система дистанционного обучения;
3. sibsport.ru – официальный сайт вуза.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором. Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.9. Рабочая программа дисциплины «Спортивная физиология»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
– Положения спортивной физиологии, спортивной морфологии. – Физиологические особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта. – Методика контроля и оценки физиологических параметров спортсмена. – Возрастные характеристики развития функциональных систем спортсменов/обучающихся.	ПК-1
Умения:	
– Применять методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма спортсмена/обучающегося. – Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических параметров спортсменов на этапах спортивной подготовки, обучающихся.	ПК-1

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: зачет.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		10
Практические и семинарские занятия		10
Самостоятельная работа		30
Промежуточная аттестация (зачет)		2
Общая трудоемкость	часы	52

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практ.	С/р
1	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности.	Предстартовое состояние и его разновидности. Физиологическая природа эмоциональных состояний. Факторы, определяющие характер предстартовых реакций. Изменение функционального состояния различных систем. Влияние разминки на состояние нервной системы и вегетативные функции. Значение продолжительности разминки и интервалов отдыха между разминкой и началом основной работы. Особенность физических упражнений применяемых при разминке. Постепенная мобилизация функций и повышение работоспособности в процессе вработывания. Характеристика устойчивого состояния, его интенсивность. Особенность функций нервной системы и вегетативных органов при кажущемся устойчивом состоянии. «Мертвая точка» и «второе дыхание», физиологические механизмы их возникновения и протекания. Устойчивое состояние при циклических упражнениях. Особые состояния организма при ациклических, статических и упражнениях переменной мощности. Утомление и восстановление – роль утомления в адаптации организма к спортивной деятельности. Современные представления о механизмах утомления. Физиологические закономерности восстановительных процессов. Кислородный долг и восстановление энергетических запасов организма. Физиологические мероприятия повышения эффективности восстановления. Активный отдых. Эргогенные средства восстановления и повышения работоспособности.	2	2	-	-
2	Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств.	Формы проявления мышечной силы, абсолютная сила, относительная сила. Режим мышечного сокращения, статическая и динамическая сила. Физиологические механизмы развития силы, факторы, влияющие на развитие силы. Рабочая гипертрофия мышц. Функциональные резервы силы. «Феномен статических усилий» у лиц нетренированных и тренированных в статической работе. Формы проявления быстроты. Элементарные формы проявления быстроты: общая скорость однократных движений, время двигательной реакции, максимальный темп движений. Особенности протекания нервной деятельности, сенсорных систем, функций дыхания и кровообращения, энергетических затрат при выполнении скоростно-силовой и силовой работы. Формы проявления выносливости, общая и специальная выносливость. Физиологические механизмы развития выносливости. Аэробные возможности организма и выносливость. Физиологические резервы выносливости. Понятие о	4	4	-	-

		ловкости и гибкости, физиологические механизмы и закономерности их развития				
3	Физиологические механизмы и закономерности формирования двигательных навыков.	Условно-рефлекторные механизмы как физиологическая основа формирования двигательного навыка. Стадии формирования двигательного навыка, устойчивость навыка и длительность его сохранения. Роль обратных связей в формировании и сохранении двигательного навыка. Двигательная память. Автоматизация движений. Спортивная техника и энергетическая экономичность выполнения физических упражнений. Физиологическое обоснование принципов обучения спортивной технике. Принцип постепенного усложнения техники движений, принцип многократного систематического повторения упражнений. Принцип разносторонней технической подготовки. Принцип индивидуального обучения.	2	2	-	-
4	Физиологические основы тренировки женщин и детей.	Возрастные особенности физиологических систем в различные периоды онтогенеза. Особенности формирования двигательных навыков и физических качеств в детском, подростковом и юношеском возрасте. Спортивная ориентация и отбор. Морфофункциональные критерии спортивного отбора. Особенности использования медико-биологических критериев спортивного отбора на этапах многолетней подготовки. Морфофункциональные особенности женского организма. Менструальный цикл и его фазы. Физиологические основы индивидуализации в спорте. Индивидуализация спортивной тренировки женщин.	2	2	-	-
5	Адаптация к мышечной деятельности и функциональные резервы организма.	Предмет физиология спорта. Адаптация к физическим нагрузкам. Общий адаптационный синдром. Фазы адаптации, их характеристика. Динамика функций организма при адаптации и ее стадии. Цена адаптации. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам. Понятие о физиологических резервах организма, их характеристика и классификация. Изменения функций различных органов и систем организма. Прикладное значение функциональных изменений для оценки работоспособности спортсменов	4	-	-	4
6	Физиологические принципы классификации физических упражнений и их характеристика.	Физиологическая характеристика спортивных упражнений и видов спорта. Физиологическая характеристика стандартных ациклических движений (собственно–силовые, скоростно-силовые, прицельные движения). Физиологическая характеристика нестандартных движений (спортивные игры, единоборства, кроссы). Физиологическая характеристика упражнений в баллах.	4	-	-	4
7	Функциональные резервы организма человека.	Понятие о физиологических резервах организма, их характеристика и классификация. Изменения функций различных органов и систем организма. Прикладное значение функциональных изменений для оценки работоспособности спортсменов.	2	-	2	-

8	Физиологическая характеристика циклических упражнений различной мощности.	Общая физиологическая классификация упражнений: а) по объему активности мышечной массы (локальные, региональные и глобальные); б) по характеру режима деятельности мышц (динамические и статические); в) силы и мощности сокращений (силовые, скоростно-силовые и упражнения на выносливость); г) по структуре движений. Энергетическая характеристика физических упражнений. Физиологическая характеристика стандартных циклических движений (работа максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной зон мощности).	2	-	2	-
9	Физиологическая характеристика предстартового состояния, разминки, вработывания и устойчивого состояния.	Предстартовое состояние и его разновидности. Физиологическая природа эмоциональных состояний. Факторы, определяющие характер предстартовых реакций. Изменение функционального состояния различных систем. Влияние разминки на состояние нервной системы и вегетативные функции. Значение продолжительности разминки и интервалов отдыха между разминкой и началом основной работы. Особенность физических упражнений применяемых при разминке. Постепенная мобилизация функций и повышение работоспособности в процессе вработывания. Характеристика устойчивого состояния, его интенсивность. Особенность функций нервной системы и вегетативных органов при кажущемся устойчивом состоянии. «Мертвая точка» и «второе дыхание», физиологические механизмы их возникновения и протекания. Устойчивое состояние при циклических упражнениях. Особые состояния организма при ациклических, статических и упражнениях переменной мощности.	2	-	2	-
10	Физиологическая характеристика утомления и восстановления.	Роль утомления в адаптации организма к спортивной деятельности. Современные представления о механизмах утомления. Физиологические закономерности восстановительных процессов. Кислородный долг и восстановление энергетических запасов организма. Физиологические мероприятия повышения эффективности восстановления. Активный отдых. Эргогенные средства восстановления и повышения работоспособности.	2	-	2	-
11	Физиологические основы тренировки детей и подростков.	Возрастные особенности физиологических систем в различные периоды онтогенеза. Особенности формирования двигательных навыков и физических качеств в детском, подростковом и юношеском возрасте. Спортивная ориентация и отбор. Морфофункциональные критерии спортивного отбора. Особенности использования медико-биологических критериев спортивного отбора на этапах многолетней подготовки.	2	-	2	-
12	Физиологическое обоснование принципов	Физиологическая характеристика тренировки. Физиологическая характеристика состояния тренированности. Два основных функциональных эффекта тренировки. Пороговые тренирующие нагрузки. Интенсивность и длительность тренировочных	6	-	-	6

	спортивной тренировки.	нагрузок. Частота и объем тренировочных нагрузок. Оптимизация спортивной деятельности. Специфичность тренировочных эффектов в отношении двигательного навыка (спортивной техники). Специфичность тренировочных эффектов, проявляемая при различных условиях внешней среды. Обратимость тренировочных эффектов. Тренируемость. Физиологическое обоснование основных принципов спортивной тренировки.				
13	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды.	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды – приспособительные механизмы организма спортсмена к работе в условиях высокой и низкой температуры окружающей среды, повышенного и пониженного атмосферного давления, повышенной влажности и в водной среде. Смена поясно-климатических условий и физическая работоспособность. Биологические ритмы и возможность их использования в спорте.	6	-	-	6
14	Физиологические основы оздоровительной тренировки.	Физиологические основы ЗОЖ. Влияние массовых форм оздоровительной физической культуры на организм человека. Двигательная активность лиц зрелого и пожилого возраста. Физиологическая характеристика использования физических упражнений и других форм активного отдыха в процессе жизнедеятельности человека.	6	-	-	6
15	Физиологические основы спортивной тренировки женщин, детей и подростков.	Морфофункциональные особенности женского организма. Менструальный цикл и его фазы. Физиологические основы индивидуализации в спорте. Индивидуализация спортивной тренировки. Возрастные особенности физиологических систем в различные периоды онтогенеза. Особенности формирования двигательных навыков и физических качеств в детском, подростковом и юношеском возрасте. Спортивная ориентация и отбор. Морфофункциональные критерии спортивного отбора. Особенности использования медико-биологических критериев спортивного отбора на этапах многолетней подготовки.	6	-	-	6
Итого часов:			52	10	10	32

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Положения спортивной физиологии, спортивной морфологии. – Физиологические особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта. – Методика контроля и оценки физиологических параметров спортсмена. – Возрастные характеристики развития функциональных систем спортсменов/обучающихся. 	Тестирование
ПК-1	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Применять методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма спортсмена/обучающегося. – Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических параметров спортсменов на этапах спортивной подготовки, обучающихся. 	Тестирование

Форма промежуточной аттестации: зачет

Зачет проводится в форме тестирования. Для получения зачета необходимо верно выполнить не менее 50% заданий теста.

Шкала оценивания тестовых заданий:

Уровень усвоения высокий -: 80-100% правильных ответов.

Уровень усвоения средний - 60-79% правильных ответов.

Уровень усвоения ниже среднего - 50-59% правильных ответов.

Уровень усвоения низкий - менее 50% правильных ответов.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

1. Бердичевская Е. М. Возрастная физиология физической культуры и спорта : учеб. пособие / Е. М. Бердичевская, Е. С. Тришин ; Кубанский гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Краснодар : КГУФКСТ, 2021. – 112 с.

2. Комплексный контроль функционального состояния спортсменов : метод. рекомендации / В. С. Куликов, Д. С. Мельников, Г. В. Сытник [и др.] ; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : [б. и.], 2023.

3. Повышение работоспособности и постнагрузочное восстановление в футболе : учеб. пособие / Э. Н. Безуглов, О. Б. Талибов, В. Ю. Хайтин, Е. Е. Ачкасов. – Москва : Спорт, 2023. – 208 с.

4. Татарова С. Ю. Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов : учеб. пособие / С. Ю. Татарова, В. Б. Татаров. – 2-е изд., стер. электрон. – Москва : Науч. консультант, 2024. – 211 с.

5. Физиология физического воспитания и спорта: учеб.-метод. Пособие сост. С. Ю. Махов; Межрегиональная Акад. безопасности и выживания Орел: МАБИВ, 2020

6. Физиология человека: общая, спортивная, возрастная : учеб. для вузов физ. культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – 12-е изд. – Москва : Спорт, 2025. – 620 с. – Повторное издание без изменений в содержании книги 2012 года с аналогичным названием

7. Физиология спортивной тренировки : учеб. пособие для вузов / В. В. Мякотных. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2025. – 120 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

1. Сайт библиотеки : lib.sibsport.ru

2. Образовательный портал и система дистанционного обучения : moodle.sibguflk.ru

3. Официальный сайт вуза : sibsport.ru

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.10. Рабочая программа дисциплины «Спортивный отбор»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ:

ПК-2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и осуществлять спортивный отбор для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Организация спортивной ориентации: 1) стадия подготовки решения о выборе вида спорта для углубленных занятий; 2) стадия целенаправленной и многосторонней связи спортсмена в сфере спорта высших достижений. – Содержание спортивной ориентации как процесса: спортивное просвещение - ознакомление детей со специфическими особенностями того или иного вида спорта; спортивная консультация - организация и проведение работ по выявлению индивидуальных способностей детей применительно к данному виду спорта; начальный отбор, конкурсный набор или советы, рекомендации ребенку по выбору спорта, основанные на знании его возможностей в данном виде; спортивная адаптация - сам процесс тренировки в избранном виде спорта. – Содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; к установлению ведущих факторов подготовленности к соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов. – Цели отбора: отбор детей и подростков для занятий избранным видом спорта и для дальнейшего спортивного совершенствования в нем; отбор кандидатов в сборные команды (юношеские, молодежные, взрослые); отбор для участия в соревнованиях: предолимпийский отбор - направлен на комплектование ближайшего олимпийского резерва; олимпийский - на комплектование сборной команды для участия в ответственных международных соревнованиях. – Условия проведения отбора: естественный отбор - вследствие отсева самих занимающихся в процессе тренировочных занятий; стандартизированный отбор, который связан с применением специальных методик, содействующих повышению его эффективности. – Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор. – Продолжительность отбора: краткосрочный (экспресс) отбор; среднесрочный отбор; долгосрочный (продолгованный) отбор. – Степень ориентации на будущий вид спортивной деятельности: межвидовой отбор, который направлен на поиск и выявление лиц, способных к занятиям несколькими родственными видами спорта; видовой отбор, который связан с выявлением детей, подростков и юношей, 	<p>ПК-2</p>

<p>способных к занятиям тем или иным видом спорта; внутривидовой отбор, который предполагает выявление склонностей, способностей конкретного спортсмена в рамках определенного вида спорта.</p> <p>– Этапы проведения: начальный (предварительный) отбор; текущий отбор; заключительный (итоговый, завершающий) отбор</p> <p>– Методики спортивного отбора и ориентации.</p>	
<p>Умения:</p> <p>– Выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся.</p> <p>– Планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта.</p> <p>– Реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования.</p>	ПК-2
<p>Иметь опыт деятельности:</p> <p>– Выявление возможностей спортсменов различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к тренировочному процессу в организациях, осуществляющих спортивную подготовку.</p> <p>– Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в предметной области физической культуры, в образовательной организации общего образования.</p> <p>– Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в организации дополнительного образования.</p>	ПК-2

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: зачет.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		8
Практические и семинарские занятия		12
Самостоятельная работа		28
Промежуточная аттестация (зачет)		2
Общая трудоемкость	часы	52

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практические	С/р
1	Система спортивного отбора.	Понятия "спортивный отбор", "спортивная ориентация", "селекция", "пригодность", "одаренность", "талант" в спорте. Содержание, цель, задачи отбора в спорте.	10	2	2	6
2	Отбор, ориентация и селекция в спорте.	Отбор в спорте как система организационно-методических мероприятий комплексного характера направленных на выявление одаренных спортсменов. Спортивная ориентация как система организационно-методических мероприятий направленных на выявление пригодности спортсмена к узкоспециализированной спортивной деятельности. Спортивная селекция как отбор перспективных для спортивного совершенствования и отсеивание бесперспективных спортсменов.	10	2	2	6
3	Критерии и методы спортивного отбора.	Методика определения спортивной пригодности (ориентация и отбор). Основные системы определения спортивной пригодности. Комплексные методы определения спортивной пригодности (педагогические, медико-биологические, психологические, социологические).	10	2	2	6
4	Возрастные аспекты спортивной ориентации и отбора.	Возрастная периодизация. Принципы психолого-педагогической, методико-биологической возрастной периодизации. Значение ранней спортивной специализации и определение оптимального возраста для достижения спортивного мастерства. Общая характеристика и основные закономерности развития человека	10	2	2	6
5	Прогнозирование спортивных результатов.	Прогнозирование в спорте как вид познавательной деятельности направленной на формирование суждения о развитии объекта прогноза. Содержание процесса отбора, ориентации, прогнозирования в спорте. Цель, задачи, методы и средства отбора и прогнозирования в спорте.	12	2	2	8
Итого часов:			52	10	10	32

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организация спортивной ориентации: 1) стадия подготовки решения о выборе вида спорта для углубленных занятий; 2) стадия целенаправленной и многосторонней связи спортсмена в сфере спорта высших достижений. - Содержание спортивной ориентации как процесса: спортивное просвещение - ознакомление детей со специфическими особенностями того или иного вида спорта; спортивная консультация - организация и проведение работ по выявлению индивидуальных способностей детей применительно к данному виду спорта; начальный отбор, конкурсный набор или советы, рекомендации ребенку по выбору спорта, основанные на знании его возможностей в данном виде; спортивная адаптация - сам процесс тренировки в избранном виде спорта. - Содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; к выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста достижений; к установлению ведущих факторов подготовленности к соревновательной деятельности, способных оказать решающее влияние на уровень спортивных результатов. - Цели отбора: отбор детей и подростков для занятий избранным видом спорта и для дальнейшего спортивного совершенствования в нем; отбор кандидатов в сборные команды (юношеские, молодежные, взрослые); отбор для участия в соревнованиях: преолимпийский отбор - направлен на комплектование ближайшего олимпийского резерва; олимпийский - на комплектование сборной команды для участия в ответственных международных соревнованиях. - Условия проведения отбора: естественный отбор - вследствие отсева самих занимающихся в процессе тренировочных занятий; стандартизированный отбор, который связан с применением специальных методик, содействующих повышению его эффективности. - Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор. - Продолжительность отбора: краткосрочный (экспресс) отбор; среднесрочный отбор; долгосрочный (продолжительный) отбор. - Степень ориентации на будущий вид спортивной деятельности: межвидовой отбор, который направлен на поиск и выявление лиц, способных к занятиям несколькими родственными видами спорта; видовой отбор, который связан с выявлением детей, подростков и юношей, способных к занятиям тем или иным 	Устный опрос

	<p>видом спорта; внутривидовой отбор, который предполагает выявление склонностей, способностей конкретного спортсмена в рамках определенного вида спорта.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Этапы проведения: начальный (предварительный) отбор; текущий отбор; заключительный (итоговый, завершающий) отбор - Методики спортивного отбора и ориентации. 	
	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся. - Планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе общего образования, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта. - Реализовывать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в рамках: тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку; образовательного процесса в предметной области физической культуры; образовательного процесса в организациях дополнительного образования. 	<p>Доклад с презентацией «Методы и критерии отбора в избранном виде спорта»</p>
	<p>Имеет опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выявление возможностей спортсменов различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к тренировочному процессу в организациях, осуществляющих спортивную подготовку. - Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в предметной области физической культуры, в образовательной организации общего образования. - Выявление возможностей обучающихся различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в организации дополнительного образования. 	<p>Письменная работа - анализ протоколов тестирования общей, специальной физической и технической подготовленности.</p>

Форма промежуточной аттестации: зачет

Зачет проводится в устной форме. Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Характеристика отбора в спорте.
2. Характеристика спортивной ориентации.
3. Характеристика спортивной селекции.
4. Характеристика прогнозирования в спорте.
5. Задачи системы отбора.
6. Средства и методы отбора спортсменов.
7. Этапы спортивного отбора.
8. Стадии спортивного отбора.
9. Факторы спортивного отбора.
10. Основные периоды развития человека.
11. Особенности развития психических функций, морфофункциональных структур и систем организма человека под влиянием спортивной тренировки различной направленности.
12. Оптимальный возраст начала занятий видами спорта. Причины возрастного ограничения занятий спортом.
13. Сенситивные периоды развития моторики человека. Закономерности развития организма.
14. Учёт темпов индивидуального развития человека в системе отбора и прогнозирования в спорте.
15. Энергетическое обеспечение мышечной деятельности различной мощности.
16. Типы моделей в спорте. Их общая характеристика.
17. Модельные характеристики (компоненты модели). Их свойства и содержание.
18. Модельные характеристики спортсменов в избранном виде спорта.
19. Общие подходы к определению модельных характеристик.
20. Определение качественных и количественных показателей модельных характеристик спортсмена.
21. Методы и системы определения спортивной пригодности.
22. Стадии и этапы определения спортивной пригодности.
23. Критерии ориентации и отбора различных этапов определения спортивной пригодности.
24. Критерии этапов спортивного отбора.
25. Методы обследования на этапах спортивного отбора.
26. Общенаучные методы спортивного прогнозирования
27. Интернаучные и частнонаучные методы спортивного прогнозирования.
28. Интуитивное предвидение как метод прогнозирования. Его характеристика.
29. Характеристика метода экспертных оценок.
30. Характеристика метода экстраполяции.
31. Характеристика методов моделирования объекта прогноза.
32. Формы моделей прогноза и их характеристика.
33. Этапы разработки прогноза.
34. Основные направления прогнозирования в спорте.
35. Принципы прогнозирования в спорте. Отношение к социальной действительности, целостный системный подход, исторический детерминизм, комплексный характер социального прогнозирования, их содержание.
36. Стадии прогнозирования.
37. Объект спортивного прогнозирования.
38. Задачи спортивного прогнозирования.
39. Методические принципы спортивного прогнозирования.
40. Верификация прогноза. Оценка эффективности и надежности прогноза.
41. Комплексный подход к прогнозированию в спорте. Его сущность и содержание.
42. Методы и методика прогнозирования физического развития спортсмена.
43. Методы и методика прогнозирования спортивных достижений индивида, спортивной команды.
44. Методы и методика прогнозирования физических способностей спортсмена.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

1. Волков В. М. Прогнозирование двигательных способностей у спортсменов : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / В. М. Волков, Р. Н. Дорохов, В. А. Быков. – Смоленск : [б. и.], 1998. – 99 с.
2. Волков В. М. Спортивный отбор / В. М. Волков, В. П. Филин. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
3. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для студентов вузов по укрупненной гр. специальностей и направлений подг. 49.00.00 - Физ. культура и спорт" / Л. П. Матвеев. – 7-е изд., стер. – Москва : Спорт, 2020. – 342 с. – (Олимпийское образование). – Повторное издание без изменений в содержании книги 2019 года с аналогичным названием. – ISBN 978-5-906132-50-5.
4. Никитушкин В. Г. Спорт высших достижений: теория и методика : учеб. пособие / В. Г. Никитушкин, Ф. П. Суслов. – Москва : Спорт, 2018. – 320 с. – ISBN 978-5-9500178-0-3.
5. Семенова Г. И. Спортивная ориентация и отбор для занятий различными видами спорта : учеб. пособие по направлению подгот. "Физ. культура" / Г. И. Семенова ; Уральский федерал. ун-т им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Изд-во УрФУ, 2015. – 1 CD-ROM. – Загл. с титул. экрана. – ISBN 978-5-7996-1412-6. – Текст : электронный.
6. Сергиенко Л. П. Спортивный отбор: теория и практика : монография / Л. П. Сергиенко. – Москва : Сов. спорт, 2013. – 1048 с. – (Спорт без границ). – ISBN 978-5-9718-0458-1.
7. Тимакова Т. С. Факторы спортивного отбора или Кто становится олимпийским чемпионом : монография / Т. С. Тимакова. – Москва : Спорт, 2018. – 288 с. – ISBN 978-5-9500180-5-3.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

1. РУКОНТ <https://rucont.ru/>
2. IPRbooks <https://www.iprbookshop.ru/>
3. ЮРАЙТ <https://urait.ru/>
4. МГАФК <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
5. НГПУ МЭБ <https://icdlib.nspu.ru/>
6. НГУ им. П.Ф.Лесгафта <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
7. ВЛГАФК <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
8. Поволжский ГУФКСиТ <http://lib15.sibsport.ru/MegaPro/Web>
9. ЭБС ЛАНЬ <https://e.lanbook.com/>
10. АИБС «МегаПро» <https://data-express.ru/aibc-megapro/>
11. Академия Google <https://scholar.google.ru/>
12. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://www.elibrary.ru/>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.11. Рабочая программа дисциплины «Педагогика физической культуры»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

ПК-3. Способен осуществлять психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом.

ПК-5. Способен формировать осознанное отношение к физкультурно-спортивной деятельности, ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитывать социально значимые личностные качества для профилактики негативного социального поведения.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
– Положения педагогики физической культуры и спорта.	ПК-1
– Психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания.	ПК-3
– Сущность, закономерности, тенденции и перспективы развития педагогического процесса как фактора и средства воспитания человека на протяжении всей его жизни, технологии его организации, формы и методы совершенствования различных видов деятельности спортсменов и обучающихся, а также стратегий и способов взаимодействия. – Социально значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, признаки и причины негативного социального поведения.	ПК-5
Умения:	
– Применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания. – Использовать технологии психолого-педагогического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями. – Оказывать адресную помощь спортсменам и обучающимся, в том числе с особыми образовательными потребностями. – Разрабатывать (совместно с другими специалистами) и реализовывать совместно с родителями (законными представителями) программы индивидуального развития ребенка. – Оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей. – Разрабатывать индивидуально ориентированные программы, методические разработки и дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся в целях реализации гибкого алгоритма управления процессом образовательной деятельности обучающихся.	ПК-3
– Воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции.	ПК-5

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к профильной части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		10
Практические и семинарские занятия		12
Самостоятельная работа		28
Промежуточная аттестация (экзамен)		2
Общая трудоемкость	часы	52

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лек.	Практ.	С/р
1	Сущность целостного педагогического процесса и его структура.	Сущность педагогического процесса и его структура. Функции, движущие силы и закономерности целостного педагогического процесса. Условия построения целостного педагогического процесса. Личность как объект и субъект целостного педагогического процесса. Роль физической культуры в развитии личности. Физическая культура и спорт как особая область человеческой деятельности. Роль физической культуры и спорта в развитии человека как личности и индивидуальности. Личностно ориентированный подход в целостном педагогическом процессе. Личностные особенности спортсменов - представителей разных видов спорта. Характеристика типов личности спортсменов.	10	2	2	6
2	Психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания.	Характеристика понятий «обучение», «развитие», «воспитание». Теория обучения. Основные закономерности и принципы обучения. Сущность методов обучения и их эволюция. Классификация методов обучения и критерии их выбора. Сущность форм и систем организации обучения. Классификация современных форм организации обучения. Теория воспитания. Воспитательные возможности физической культуры и их реализация в педагогическом процессе. Специфика цели воспитания в физическом воспитании. Специфичность задач воспитания по направлениям: нравственному, трудовому, интеллектуальному, эстетическому. Воспитание у учащихся потребности в систематических занятиях физической культурой, в соблюдении гигиенического режима, формирование здорового образа жизни формирование моральных и волевых качеств.	10	2	2	6
		Методы и организационные формы воспитания. Характеристика основных групп методов воспитания. Методы воздействия на сознание, чувства и волю воспитанника: убеждение, внушение. Методика убеждения. Целесообразность педагогического внушения. Методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения: приучение, упражнение, переключение. Характеристика основных организационных форм процесса воспитания: воспитательное мероприятие, КТД, беседа, диспут, спортивные праздники, спортивные викторины и конкурсы и пр. Структура, формы и содержание воспитательного мероприятия как условие эффективности совместной деятельности педагогов и обучающихся.	10	2	2	6
3	Коллектив как объект и субъект воспитания социально-	Понятие «коллектив» и его признаки. Стадии развития коллектива. Основные условия развития детского коллектива. Особенности спортивного коллектива. Воспитание личности в коллективе. Постановка перспективных целей: система перспектив. Формирование единства ценностных ориентаций членов коллектива, единого «коллективного поля». Воздействие на	10	2	2	6

	личностных качеств спортсменов.	личность через коллектив. Модели взаимодействия личности и коллектива. Формирование и воспитание актива. Формирование коллективных традиций: малые, большие традиции. Руководство деятельностью коллектива. Педагогическая диагностика учебного и спортивного коллектива.				
4	Технология педагогического общения и установления педагогически целесообразных взаимоотношений.	Специфика педагогического общения. Общение в педагогическом процессе при решении образовательных, воспитательных и развивающих задач. Коммуникативный круг. Управление инициативой в общении. Стили педагогического общения (общение на основе увлечённости совместной творческой деятельности, общение на основе дружеского расположения, общение – дистанция, общение – устрашение, общение – заигрывание). Модели общения педагога с учениками. Базовые модели психолого-педагогической помощи спортсмену как педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и спорта. Модель «замещения». Модель «мобилизации». Формы взаимодействия со спортсменами в разных моделях психолого-педагогической помощи: давление, избегание, уступка, компромисс, сотрудничество. Взаимосвязь форм взаимодействия и стилей тренерского руководства. Культура общения тренера и спортсмена, тренера и спортивного коллектива в разных моделях психолого-педагогической помощи: культура подавления, культура разрешения, культура справедливости.	12	2	4	6
Итого часов:			52	10	12	30

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	Знает: – Положения педагогики физической культуры и спорта	Устный опрос Тест
ПК-3	Знает: – Психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания. Умеет: – Применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания. – Использовать технологии психолого-педагогического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями. – Оказывать адресную помощь спортсменам и обучающимся, в том числе с особыми образовательными потребностями. – Разрабатывать (совместно с другими специалистами) и реализовывать совместно с родителями	Устный опрос Конспект воспитательного мероприятия, решение проблемных ситуаций

	<p>(законными представителями) программы индивидуального развития ребенка.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Оказывать индивидуальную помощь и поддержку обучающимся в зависимости от их способностей, образовательных возможностей и потребностей. – Разрабатывать индивидуально ориентированные программы, методические разработки и дидактические материалы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся в целях реализации гибкого алгоритма управления процессом образовательной деятельности обучающихся. 	
ПК-5	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Сущность, закономерности, тенденции и перспективы развития педагогического процесса как фактора и средства воспитания человека на протяжении всей его жизни, технологии его организации, формы и методы совершенствования различных видов деятельности спортсменов и обучающихся, а также стратегий и способов взаимодействия. <p>Социально значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, признаки и причины негативного социального поведения.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции 	<p>Устный опрос</p> <p>Конспект воспитательного мероприятия, решение проблемных ситуаций</p>

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Экзамен проводится в устной форме и состоит из двух теоретических вопросов.

Перечень вопросов для подготовки к экзамену:

1. Воспитание в целостном педагогическом процессе.
2. Понятие цели воспитания.
3. Виды воспитания: умственное, трудовое, нравственное, эстетическое, физическое.
4. Экологическое и валеологическое воспитание как новое направление в физкультурно-спортивном воспитании.
5. Особенности гражданского и патриотического воспитания в спорте в современных условиях.
6. Понятия: «воспитание», «воспитанность», «воспитуемость». Педагогическая диагностика воспитанности.
7. Общие и частные закономерности воспитания и их психолого-педагогические основы.
8. Характеристика важнейших принципов воспитания.
9. Средства воспитания в контексте деятельностно-отношенческой концепции.
10. Сущность основных средств воспитания: общение, игра, учение, труд.
11. Понятие о методах и приемах воспитания.
12. Классификации методов воспитания в педагогической теории воспитания.
13. Факторы, определяющие выбор методов воспитания.
14. Характеристика методов воздействия на сознание, чувства и волю воспитанника (убеждение, внушение).
15. Методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения: приучение, упражнение, переключение.
16. Методы стимулирования и коррекции поведения и деятельности.
17. Понятие «коллектив» и его признаки.
18. Стадии развития коллектива.
19. Особенности спортивного коллектива.
20. Воспитание личности в коллективе.
21. Педагогическая диагностика учебного и спортивного коллектива.
22. Характеристика основных организационных форм процесса воспитания.
23. Структура, формы и содержание воспитательного мероприятия.
24. Основные организационные компоненты воспитательного мероприятия.
25. Виды воспитательных мероприятий в зависимости от их педагогических целей.
26. Организация просветительской работы с родителями.
27. Сущность и отличительные признаки КТД (по И.П. Иванову). Типы КТД: представление, малое творческое дело, большое творческое дело. Этапы проведения КТД.
28. Понятие о самовоспитании и его социальная детерминация.
29. Педагогическое руководство самовоспитанием учащихся.
30. Организация процесса самовоспитания учащихся и его важнейшие методы.
31. Содержание и формы работы по организации самовоспитания.
32. Специфика педагогического общения.
33. Общение в педагогическом процессе при решении образовательных, воспитательных и развивающих задач.
34. Стили педагогического общения (общение на основе увлечённости совместной творческой деятельности, общение на основе дружеского расположения, общение – дистанция, общение – устрашение, общение – заигрывание).
35. Базовые модели психолого-педагогической помощи спортсмену как педагогические технологии и инновации в сфере физической культуры и спорта. Модель «замещения». Модель «мобилизации».

36. Формы взаимодействия со спортсменами в разных моделях психолого-педагогической помощи: давление, избегание, уступка, компромисс, сотрудничество.
37. Взаимосвязь форм взаимодействия и стилей тренерского руководства.
38. Культура общения тренера и спортсмена, тренера и спортивного коллектива в разных моделях психолого-педагогической помощи: культура подавления, культура разрешения, культура справедливости.
39. Уровни общения тренера и спортсменов (примитивный, манипулятивный, стандартизированный, конвенционный, игровой, деловой, духовный). Многоуровневый характер общения.
40. Слушание как условие эффективной речевой коммуникации.
41. Технологии убеждающей коммуникации.

Критерии оценивания ответа на экзамене:

Оценка «отлично» выставляется, если на вопросы даны исчерпывающие ответы, проиллюстрированные наглядными примерами там, где это необходимо. Ответы изложены грамотным научным языком, все термины употреблены корректно, все понятия раскрыты верно.

Оценка «хорошо» - если на вопросы даны в целом верные ответы, но с отдельными неточностями, не носящими принципиального характера. Не все термины употреблены правильно, присутствуют отдельные некорректные утверждения и грамматические / стилистические погрешности изложения. Ответы не проиллюстрированы примерами в должной мере.

Оценка «удовлетворительно» - если ответы на вопросы носят фрагментарный характер, верные выводы перемежаются с неверными. Упущены содержательные блоки, необходимые для полного раскрытия темы. Учащийся в целом ориентируется в тематике учебного курса, но испытывает проблемы с раскрытием конкретных вопросов. Также оценка «удовлетворительно» ставится при верном ответе на один вопрос и неудовлетворительном ответе на другой.

Оценка «неудовлетворительно» - ответы на вопросы отсутствуют либо не соответствуют содержанию вопросов. Ключевые для учебного курса понятия, содержащиеся в вопросах, трактуются ошибочно.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Карпушин Б. А. Педагогика физической культуры : учеб. для вузов по направлению - Физ. культура / Б. А. Карпушин. - М. : Сов. спорт, 2013. - 300 с.
2. Костицина Н.М. Педагогика физической культуры: учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования по направлению 49.03.01 - "Физ. культура"/ Н. М. Костицина, О. Ю. Гаврикова; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта.- 2-е изд.- Омск: Изд-во СибГУФК, 2015.- 296 с.
3. Костицина Н.М. Педагогика физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Н. М. Костицина, О. Р. Кривошеева, О. М. Чусовитина, Н. В. Колмогорова; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта.- Электрон. дан.- Омск: Изд-во СибГУФК, 2015.
Подласый И. П. Педагогика : новый курс : учеб. для студ. вузов, обучающихся по пед. спец. : в 2 кн. Кн. 2 : Процесс воспитания / И. П. Подласый. - М. : Владос, 2003. - 255 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Костицина Н.М. Акмеологические аспекты профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учеб. пособие/ Н. М. Костицина, О. Р. Кривошеева, О. М. Чусовитина; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта.- Электрон. дан.- Омск: Изд-во СибГУФК, 2010.- Режим доступа: <http://lib.sibsport.ru>. - Электрон. копия печат. Версии

2. Мустаева Ф. А. Социальная педагогика : учеб. для студентов пед. вузов / Ф. А. Мустаева. - 3-е изд. - М. : РИОР [и др.], 2014. - 272 с.
3. Никитина Л. Е. Социальная педагогика : учеб. пособие для вузов / Л. Е. Никитина. - М. : Акад. Проект, 2003. - 270 с.
4. Педагогика физической культуры. Рабочая тетрадь : учеб. пособие / сост. : О. М. Чусовитина, Н. В. Колмогорова, О. Р. Кривошеева ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2019. - 112 с.
5. Слостенин В.А. Педагогика: учебник для студентов учреждений высш. образования / В.А. Слостенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов; под ред. В.А. Слостенина. – 12-е изд., стер., - М., 2014. – 608 с.
6. Хозяинов Г. И. Мастерство педагога в процессе образования и обучения : монография / Г. И. Хозяинов. - М. : Физическая культура, 2006. - 224 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

Информационные ресурсы образовательной организации:

1. lib.sibsport.ru – сайт библиотеки;
2. moodle.sibgufk.ru – образовательный портал и система дистанционного обучения;
3. sibsport.ru – официальный сайт вуза.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.12. Рабочая программа дисциплины «Психология физической культуры и спорта»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

ПК-3. Способен осуществлять психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
– Положения возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта. – Возрастные характеристики развития личности спортсменов/обучающихся. – Психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта. – Методика контроля и оценки психологических параметров человека.	ПК-1
– Психолого-педагогические основы учебной и тренировочной деятельности в части учета индивидуальных особенностей обучающихся и спортсменов. – Законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития.	ПК-3
Умения:	
– Составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности спортсмена и обучающегося.	ПК-3

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к профильной части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		12
Практические и семинарские занятия		14
Самостоятельная работа		56
Промежуточная аттестация (экзамен)		2
Общая трудоемкость	часы	84

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лек.	Практ.	С/р
1	Общие закономерности психического развития человека.	Психологическое понятие возраста и проблема периодизации возрастного развития. Общие закономерности психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды. Психологические особенности спортсменов старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста.	14	2	2	10
	Психологические особенности формирования личности.	Понятие личности, структура личности. Движущие силы, условия и источники развития личности. Двигательная активность как условие развития личности. Особенности формирования личности в онтогенезе. Индивидуально-типологические особенности личности. Проявление и воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.	14	2	2	10
2	Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании.	Понятие о деятельности. Виды деятельности. Освоение деятельности. Особенности деятельности в физическом воспитании. Способы активизации деятельности в физическом воспитании. Психологическая структура двигательного действия. Психологические основы формирования двигательного навыка. Управление движениями как психолого-педагогическая проблема. Предпосылки к обучению спортивным упражнениям. Функции педагога в процессе обучения движениям. Представление о движении в структуре формирования двигательного навыка. Характеристика внимания и способы поддержания его устойчивости. Организация эффективного восприятия на занятиях физической культурой. Особенности мыслительной деятельности и проявлений памяти. Факторы, способствующие повышению активности школьников на занятиях физической культурой.	14	2	2	10
3	Психологическая характеристика спортивной деятельности.	Психологическая система спортивной деятельности. Психологические особенности спортивной деятельности. Структура и этапность спортивной деятельности. Индивидуально-психологические особенности, обуславливающие выбор вида спортивной деятельности. Психологические особенности спортивного соревнования. Характеристика предстартовых состояний. Состояние психической готовности спортсмена. Диагностика и регуляция предстартового состояния спортсмена. Понятие психологического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности. Психологическая подготовка в спорте. Понятие, средства и методы психологической подготовки в избранном виде спорта. Виды психологической подготовки. Технология психологической подготовки в спорте.	16	2	4	10

4	Мотивы и потребности при занятиях физической культурой и спортом.	Понятие мотива и мотивации в психологии. Мотивы и потребности. Виды потребностей. Классификация мотивов занятий физической культурой. Стадии и этапы формирования мотивов. Формирование и управление спортивной мотивацией в системе многолетней подготовки спортсменов.	14	2	2	10
5	Основы психодиагностики в спорте.	Понятие психодиагностики в спорте. Этапы психодиагностического процесса. Характеристика процесса диагностики. Методы психодиагностики. Психодиагностический процесс и его этапы. Методики контроля и оценки индивидуально-типологических особенностей личности спортсмена. Методики контроля и оценки волевой сферы личности. Методики контроля и оценки взаимоотношений в команде (в коллективе). Методики контроля и оценки психоэмоционального состояния спортсменов. Диагностика психологической готовности к соревнованиям. Методики контроля и оценки потребностно-мотивационной сферы личности. Подбор психодиагностических методик для видов спорта.	12	2	2	8
Итого часов:			84	12	14	58

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Положения возрастной психологии, психологии физической культуры и спорта. – Возрастные характеристики развития личности спортсменов/обучающихся. – Психологические и гендерные особенности взрослых и детей, в том числе имеющих выраженные способности (одаренных) к занятиям видом спорта. – Методика контроля и оценки психологических параметров человека. 	Устный опрос
ПК-3	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Психолого-педагогические основы учебной и тренировочной деятельности в части учета индивидуальных особенностей обучающихся и спортсменов. <p>Законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> Составлять психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности спортсмена и обучающегося. 	<p>Устный опрос</p> <p>Психолого-педагогическая характеристика личности спор</p>

Форма промежуточной аттестации: экзамен

Экзамен проводится в устной форме.

Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Общие закономерности психического развития человека.
2. Психологические особенности развития детей дошкольного возраста и их учет на занятиях по физической культуре и спорту.
3. Психологические особенности развития детей дошкольного возраста и их учет на занятиях по физической культуре и спорту.
4. Психологические особенности развития детей младшего школьного возраста и их учет на занятиях по физической культуре и спорту.
5. Психологические особенности занимающихся подросткового возраста и их учет на занятиях по физической культуре и спорту.
6. Психологические особенности занимающихся юношеского возраста и их учет на занятиях по физической культуре и спорту.
7. Психологические особенности занимающихся зрелого возраста и их учет на занятиях по физической культуре и спорту.
8. Психологические особенности занимающихся пожилого возраста и их учет на занятиях по физической культуре и спорту.
9. Психологическая характеристика деятельности в физическом воспитании.
10. Освоение деятельности: внешняя и внутренняя деятельность, формирование умений, навыков, привычек.
11. Условия формирования двигательного навыка, этапы его формирования.
12. Способы активизации деятельности в физическом воспитании.
13. Управление движениями как психолого-педагогическая проблема.
14. Предпосылки к обучению спортивным упражнениям.
15. Психологическая структура двигательного действия.
16. Функции педагога в процессе обучения движениям.
17. Представление о движении в структуре формирования двигательного навыка.
18. Понятие, структура и направленность личности.
19. Факторы развития личности. Движущие силы, условия и источники развития личности.
20. Двигательная активность как условие развития личности.
21. Особенности личности тренера: структура, направленность, способности и качества.
22. Особенности личности спортсмена, его индивидуально-типологические особенности.
23. Характеристика внимания и способы поддержания его устойчивости.
24. Организация эффективного восприятия на занятиях физической культурой.
25. Особенности мыслительной деятельности и проявлений памяти.
26. Факторы, способствующие повышению активности школьников на занятиях физической культурой.
27. Развитие эмоциональной сферы личности средствами физической культуры и спорта.
28. Общая характеристика психических состояний в процессе занятий физической культурой.
29. Причины возникновения неблагоприятных психических состояний и способы их предотвращения.
30. Характеристика волевой сферы личности.
31. Проявление воли при выполнении физических упражнений.
32. Возрастные проявления воли.
33. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.
34. Понятие мотива и мотивации в психологии.
35. Виды потребностей и мотивов.
36. Классификация мотивов занятий физической культурой.
37. Стадии и этапы формирования мотивов.
38. Понятие и общая характеристика психологического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности.

39. Задачи и направления психологического сопровождения в спорте на разных этапах спортивной подготовки.
40. Психологическая подготовка в спорте: виды, средства, методы.
41. Методы психодиагностики в спорте.
42. Психодиагностический процесс и его этапы.

Критерии оценивания ответа на экзамене:

Оценка «отлично» выставляется, если на вопросы даны исчерпывающие ответы, проиллюстрированные наглядными примерами там, где это необходимо. Ответы изложены грамотным научным языком, все термины употреблены корректно, все понятия раскрыты верно.

Оценка «хорошо» - если на вопросы даны в целом верные ответы, но с отдельными неточностями, не носящими принципиального характера. Не все термины употреблены правильно, присутствуют отдельные некорректные утверждения и грамматические / стилистические погрешности изложения. Ответы не проиллюстрированы примерами в должной мере.

Оценка «удовлетворительно» - если ответы на вопросы носят фрагментарный характер, верные выводы перемежаются с неверными. Упущены содержательные блоки, необходимые для полного раскрытия темы. Учащийся в целом ориентируется в тематике учебного курса, но испытывает проблемы с раскрытием конкретных вопросов. Также оценка «удовлетворительно» ставится при верном ответе на один вопрос и неудовлетворительном ответе на другой.

Оценка «неудовлетворительно» - ответы на вопросы отсутствуют либо не соответствуют содержанию вопросов. Ключевые для учебного курса понятия, содержащиеся в вопросах, трактуются ошибочно.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Бабушкин Г. Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом : учеб. пособие для студентов вузов направления "Физ. культура" / Г. Д. Бабушкин ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. - 328 с.
2. Бабушкин Г. Д. Психологические факторы, определяющие результативность соревновательной деятельности в спорте : монография / Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев . – Саратов : Вузов. образование, 2022. – 148 с.
3. Бабушкин Г. Д. Спортивная психология. Психолого-педагогические основы подготовки спортивного резерва : учебник / Г. Д. Бабушкин. – Санкт-Петербург : Лань, 2025. – 348 с.
4. Кулагина И. Ю. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека : учеб. пособие для студентов вузов / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. - 2-е изд. - М. : Акад. Проект [и др.], 2015.
5. Смоленцева В. Н. Психологические аспекты освоения и реализации двигательных действий в процессе технико-тактической подготовки спортсменов : монография / В. Н. Смоленцева ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : СибГУФК, 2021. - 122 с.
6. Смоленцева В. Н. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов : учеб. пособие / В. Н. Смоленцева ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : Изд-во СибГУФК, 2020. - 116 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Горбунов Г. Д. Пути коррекции вредоносных предсоревновательных и соревновательных состояний спортсменов / Г. Д. Горбунов. – Москва : ТД "Сов. спорт", 2024. – 96 с.
2. Грецов А. Г. Основы психологического консультирования для тренеров, работающих с подростками : метод. пособие / А. Г. Грецов. - СПб. : [б. и.], 2008. - 80 с.
3. Сафонов В. К. Психология спортсмена: слагаемые успеха : монография / В. К. Сафонов.

– 3-е изд., стер. – Москва : Спорт [и др.], 2024. – 288 с.

4. Столяренко Л. Д. Социальная психология : учеб. пособие для приклад. бакалавриата / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. - 4-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2016. - 219 с.

5. Шифрин Ф. М. Матрица спортивной уверенности : психология успешной игры / Ф. М. Шифрин . – Москва : Спорт, 2024. – 182 с.

6. Яковлев Б. П. Спортивная психология. Личностные механизмы саморегуляции психической нагрузки в спортивной деятельности : учебник / Б. П. Яковлев, Г. Д. Бабушкин, Е. А. Науменко. – Санкт-Петербург : Лань, 2024. – 380 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

Информационные ресурсы образовательной организации:

1. lib.sibsport.ru – сайт библиотеки;
2. moodle.sibgufk.ru – образовательный портал и система дистанционного обучения;
3. sibsport.ru – официальный сайт вуза.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.1.13. Рабочая программа дисциплины «Основы здорового образа жизни»

1. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ:

ПК-5. Способен формировать осознанное отношение к физкультурно-спортивной деятельности, ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитывать социально значимые личностные качества для профилактики негативного социального поведения.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
– Особенности применения разнообразных средств сохранения и укрепления здоровья.	ПК-5
– Основы культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов и обучающихся.	
Умения:	
– Формировать навыки безопасного поведения и культуру безопасности, навыки саморазвития и укрепления здоровья для достижения должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами ФК.	ПК-5

<ul style="list-style-type: none"> – Использовать современные методики формирования общей культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов, обучающихся и лиц различного пола и возраста, занимающихся ФКиС. – Применять методики контроля над процессом формирования общей культуры здорового и безопасного образа жизни, воспитания нравственных, эстетических и личностных качеств, сохранения и укрепления здоровья спортсменов и обучающихся. 	
---	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Дисциплина относится к базовой части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: зачет.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		4
Практические и семинарские занятия		4
Самостоятельная работа		14
Промежуточная аттестация (зачет)		2
Общая трудоемкость	часы	24

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)	Всего часов	В том числе		
				Лекции	Практ.	С/р
1	Здоровье и образ жизни.	Здоровье и факторы, его определяющие: биологические (наследственность, конституция, темперамент и т.д.), природные (климат, погода и т.д.), состояние окружающей среды, социально-экономические, уровень развития здравоохранения, образ жизни. Определение понятия «болезнь». Воздействие на здоровье социальных условий и факторов. Индивидуальное и общественное здоровье. Методы изучения здоровья населения. Факторы риска здоровья. Уровень, условия, уклад, стиль, качество жизни. Понятие «здоровый образ жизни» и современная концепция здорового образа жизни. Современные медико-социальные проблемы человечества (наркомания, токсикомания, алкоголизм, СПИД, табакокурение).	4	2	-	2
2	Мотивация здорового образа жизни.	Основы психорегуляции человека, психика, сознание. Типологические особенности ЦНС. Стресс. Стрессовый фактор. Стадии развития стресса. Факторы риска. Адаптация. Виды адаптации. Понятие социальной адаптации. Формирование у ребенка способности к адаптации. Адаптация детей в спортивных учреждениях. Факторы, влияющие на процесс адаптации. Классификация тяжести адаптации детей к детскому учреждению. Понятие «биологический и социальный анамнез». Школьный стресс. Детские неврозы. Норма и отклонение от нормы у детей и подростков. Группы отклонений от нормы. Предпосылки девиации в подростковом возрасте. Типы девиаций – девиантное, делинквентное и криминальное поведение.	4	2	-	2
3	Мониторинг здоровья и профилактика болезней.	Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье. Основные статистические показатели. Комплексная оценка состояния здоровья населения. Показатели популяционного здоровья. Показатели средней продолжительности жизни. Критерии оценки популяционного здоровья. Общественное популяционное здоровье как фактор здорового и нездорового образа жизни. Этапы формирования здоровья.	4	-	2	2
4	Режим труда и отдыха. Значение двигательной активности и закаливания	Влияние организации учебного процесса на здоровье учащихся. Причины, вызывающие утомление учащихся. Гигиенические условия, вызывающие состояние физического дискомфорта. Причины, вызывающие переутомление спортсменов. Состояние здоровья современных школьников. Пути сохранения здоровья у детского населения. Задачи медико-педагогической реабилитационной службы по сохранению и укреплению	4	-	2	2

	организма для здоровья человека.	здоровья спортсменов.				
5	Психологические аспекты формирования здорового образа жизни.	Понятие о психогигиене, как отрасли гигиены. Разделы психогигиены и их характеристика. Основные задачи психогигиены. Понятие о психопрофилактике, как отрасли медицины. Виды психопрофилактики и их характеристика. Психопрофилактика в учебно-воспитательной деятельности.	2	-	-	2
6	Первая помощь при неотложных состояниях.	Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы. Неотложные состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Неотложные состояния при заболеваниях эндокринной системы.	2	-	-	2
7	Переломы. Оказание первой помощи.	Понятие. Классификация переломов костей. Симптоматология и диагностика переломов. Оказание помощи..	2	-	-	2
8	Кровотечения. Первая помощь.	Кровотечение, причины. Классификация кровотечений. Клиническая картина кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.	2	-	-	2
Итого часов:			24	4	4	16

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-5	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Особенности применения разнообразных средств сохранения и укрепления здоровья. – Основы культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов и обучающихся. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Формировать навыки безопасного поведения и культуру безопасности, навыки саморазвития и укрепления здоровья для достижения должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами ФК. – Использовать современные методики формирования общей культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов, обучающихся и лиц различного пола и возраста, занимающихся ФКиС. – Применять методики контроля над процессом формирования общей культуры здорового и безопасного образа жизни, воспитания нравственных, эстетических и личностных качеств, сохранения и укрепления здоровья спортсменов и обучающихся. 	<p>Устный опрос</p> <p>Ситуационные задачи</p>

Форма промежуточной аттестации: зачет

Зачет проводится в устной форме. Перечень вопросов для промежуточной аттестации:

1. Культура здоровья. Проблемы воспитания.
2. Биологические проблемы формирования здорового образа жизни.
3. Социальные проблемы формирования здорового образа жизни.
4. Нравственность и здоровье.
5. Закаливающее и оздоровительное воздействия холода на организм человека.
6. Оздоровительные программы активного долголетия.
7. Первая помощь при несчастных случаях и травмах. Профилактика травматизма у детей и подростков.
8. Раны: разновидности, характеристика, опасности. Ранения проникающие и непроникающие.
9. Кровотечения: разновидности, способы временной остановки кровотечения.
10. Внутренние кровотечения. Опасности, симптомы, первая медицинская помощь.
11. Переломы костей. Разновидности, клинические симптомы. Возрастные особенности строения костей. Особенности переломов у детей.
12. Детский травматизм, разновидности, причины роста. Травмы в школе и на улице. Профилактика.
13. Ожоги, разновидности, степени, первая медицинская помощь.
14. Отморожения: степени, первая медицинская помощь.
15. Общее замерзание: понятие, первая медицинская помощь.
16. Вредные привычки как факторы риска заболеваний.
17. Злоупотребление алкоголем и алкоголизм.
18. Употребление наркотиков и одурманивающих веществ.
19. Здоровье и образование. Охрана здоровья детей дошкольного и школьного возраста
20. Понятие о стрессе. Общий адаптационный синдром.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины

1. Физическая культура, спорт и здоровый образ жизни. Курс лекций : учеб. пособие / В. В. Бобков, М. Л. Берговина, С. Ю. Татарова, Г. М. Жукарева. – Санкт-Петербург : Лань, 2025. – 160 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/460568> (дата обращения: 04.03.2025). – ISBN 978-5-507-51829-6. – Текст : электронный.
2. Морозов О. В. Физическая культура и здоровый образ жизни : учеб. пособие / О. В. Морозов, В. О. Морозов. – 5-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2025. – 211 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/508335> (дата обращения: 23.10.2025). – ISBN 978-5-9765-2443-9. – Текст : электронный.
3. Яковлев Б. П. Личностная безопасность и здоровый образ жизни : учеб. пособие для вузов / Б. П. Яковлев . – Санкт-Петербург : Лань, 2025. – 340 с. – (Высш. образование). – URL: <https://e.lanbook.com/book/450788> (дата обращения: 17.01.2025). – ISBN 978-5-507-51425-0. – Текст : электронный.
4. Мисюк М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб. и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2024. – 379 с. – (Высш. образование). – Повторное издание без изменений в содержании книги 2017 года с аналогичным названием. – URL: <https://urait.ru/bcode/535663> (дата обращения: 04.12.2024). – ISBN 978-5-534-17449-6. – Текст : электронный.
5. Кодекс здоровья как базовый компонент системы самооздоровления : науч.-метод. рекомендации / авт.-сост. : С. А. Полиевский, О. В. Григорьева, Е. В. Цой. – Москва : ТД "Сов.

спорт", 2021. – 61 с. – (Учебники и учебные пособия). – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/744434> (дата обращения: 31.03.2021). – ISBN 978-5-00129-149-7.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины

Информационные ресурсы образовательной организации:

1. lib.sibsport.ru – сайт библиотеки;
2. moodle.sibgufk.ru – образовательный портал и система дистанционного обучения;
3. sibsport.ru – официальный сайт вуза.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия проводятся в аудитории, оборудованной компьютером и мультимедиа проектором.

Требования к рабочему месту преподавателя: Операционная система: Microsoft Windows (версии не ниже XP). Наличие камеры, микрофона, сетевого подключения к системе Интернет и один из следующих веб-браузеров: - Internet Explorer версии не ниже 6.0; - Firefox версии не ниже 2.0; - Google Chrome версии не ниже 1.0. Для работы системы рекомендуется компьютер как минимум со следующими характеристиками: процессор Pentium IV; 2 Гб оперативной памяти; не менее 2 Гб на жестком диске.

2.3.14. Рабочая программа производственной практики: тренерская практика

1. ИЗУЧЕНИЕ ПРАКТИКИ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом.

ПК-3. Способен осуществлять психолого-педагогическое, информационное сопровождение занятий физической культурой и спортом.

ПК-4. Способен осуществлять организацию участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях.

ПК-5. Способен формировать осознанное отношение к физкультурно-спортивной деятельности, ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитывать социально значимые личностные качества для профилактики негативного социального поведения.

ПК-6. Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой и спортом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРАКТИКЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Умения:	
– Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта (дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта) с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов.	ПК-1
Иметь опыт деятельности:	
– Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки. – Осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области ФКиС, в	ПК-1

том числе в соответствии с ФГТ и ФС СП.	
<ul style="list-style-type: none"> – Осуществление поддержки и психолого-педагогического, информационного сопровождения спортсменов, а также проведение анализа деятельности для корректировки сопровождения тренировочного процесса (образовательного процесса). – Обеспечение информационного сопровождения обучающихся с применением психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся. 	ПК-3
<ul style="list-style-type: none"> – Обеспечение соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий. – Проведение отбора для участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. – Организация индивидуального или в составе команды участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. – Анализ соревновательной деятельности и ее результатов для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. – Обеспечение безопасности в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. 	ПК-4
– Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих спортивную подготовку (лиц, обучающихся по ООП, лиц, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам) для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.	ПК-5
– Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки (дополнительного образования) по виду спорта.	ПК-6

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ПРОГРАММЫ

Практика относится к профильной части образовательной программы. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

3. ОБЪЁМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов
Лекции		-
Практические и семинарские занятия		-
Самостоятельная работа		70
Промежуточная аттестация (зачет)		2
Общая трудоемкость	часы	72

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

№	Тема (раздел)	Содержание самостоятельной работы слушателя во время практики	Трудоемкость (в часах)	Форма текущего контроля
1	Реализация программ дополнительного образования в области ФКиС	Знакомство с нормативно-правовыми документами и особенностями деятельности физкультурно-спортивной организации	10	Дневник практики, характеристика с базы практики
		Разработка конспекта и проведение учебно-тренировочного занятия	20	
		Тестирование и оценка уровня общей и специальной подготовленности спортсменов в избранном виде спорта с учётом их возраста и спортивной квалификации	10	
2	Реализация программ воспитания	Разработка конспекта и проведение одного воспитательного мероприятия, направленного на воспитание социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни	10	
3	Соревновательная деятельность в избранном виде спорта	Составление Положения и отчёта о проведении соревнований в соответствии с Правилами соревнований в избранном виде спорта	10	
4	Профилактика травматизма и техника безопасности	Разработка инструкции по технике безопасности и профилактике травматизма на занятиях / физкультурно-спортивных мероприятиях в избранном виде спорта	10	
	Защита практики	Подготовка отчета по практике и защита дневника практики	2	Собеседование по материалам практики
Итого часов:			72	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Компетенция	Индикаторы достижения	Оценочные средства
ПК-1	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта (дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта) с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов. <p>Имеет опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной 	<ul style="list-style-type: none"> • Характеристика нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность физкультурно-спортивной организации (сравнительная таблица). • Конспект учебно-тренировочного занятия. • Проведение учебно-тренировочного

	подготовки / в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области ФКиС, в том числе в соответствии с ФГТ и ФС СП.	занятия.
ПК-3	<p>Имеет опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Осуществление поддержки и психолого-педагогического, информационного сопровождения спортсменов, а также проведение анализа деятельности для корректировки сопровождения тренировочного процесса (образовательного процесса). - Обеспечение информационного сопровождения обучающихся с применением психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся. 	<ul style="list-style-type: none"> • Протокол тестирования и оценки уровня общей и специальной подготовленности спортсменов в избранном виде спорта с учётом их возраста и спортивной квалификации. • Протокол диагностики психологического состояния спортсмена и факторов его определяющих.
ПК-4	<p>Имеет опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обеспечение соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий. - Проведение отбора для участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. - Организация индивидуального или в составе команды участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. - Анализ соревновательной деятельности и ее результатов для корректировки подготовки к участию в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. - Обеспечение безопасности в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях. 	<ul style="list-style-type: none"> • Положение о соревнованиях, в соответствии с Правилами соревнований в избранном виде спорта. • Отчёт о проведении соревнований • Инструкции по технике безопасности и профилактике травматизма на соревнованиях в избранном виде спорта
ПК-5	<p>Имеет опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих спортивную подготовку (лиц, обучающихся по ООП, лиц, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам) для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни. 	<ul style="list-style-type: none"> • Конспект воспитательного мероприятия, направленного на воспитание социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни. • Проведение воспитательного мероприятия
ПК-6	<p>Имеет опыт деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки (дополнительного образования) по виду спорта. 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструкции по технике безопасности и профилактике травматизма на занятиях в избранном виде спорта

Форма промежуточной аттестации: зачет

Зачет по практике проводится в форме собеседования по представленным материалам практики.

Для получения зачета необходимо представить следующие документы:

1. Материалы практики:

- Характеристика нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность физкультурно-спортивной организации (сравнительная таблица).
- Конспект учебно-тренировочного занятия (с оценкой с базы практики).
- Инструкции по технике безопасности и профилактике травматизма на занятиях в избранном виде спорта.
- Протокол тестирования и оценки уровня общей и специальной подготовленности спортсменов в избранном виде спорта с учётом их возраста и спортивной квалификации.
- Протокол диагностики психологического состояния спортсмена и факторов его определяющих.
- Положение о соревнованиях, в соответствии с Правилами соревнований в избранном виде спорта.
- Отчёт о проведении соревнований (с оценкой с базы практики).
- Инструкции по технике безопасности и профилактике травматизма на соревнованиях в избранном виде спорта.
- Конспект воспитательного мероприятия (с оценкой с базы практики).

2. Отчет о прохождении практики.

3. Характеристика с базы прохождения практики.

Критерии оценивания результатов прохождения практики:

«Зачтено» ставится при следующих условиях:

- материалы практики представлены своевременно и в полном объеме;
- в ходе собеседования слушатель демонстрирует полное, последовательное, грамотное изложение материалов.

«Незачтено» ставится при следующих условиях:

- материалы практики представлены несвоевременно и в неполном объеме;
- в ходе собеседования слушатель демонстрирует бессистемное, неполное изложение материалов.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения практики

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Лёгкая атлетика : учеб. для инст-ов физической культуры – М., Альянс, 2017
2. Литвиненко Л.П., Маркина И.С. Теория и методика избранного вида спорта (спортивная тренировка в лёгкой атлетике): учебное пособие для студентов физич. культуры - Малаховка, 2019.
3. Производственная практика : тренерская : метод. рекомендации / сост. : И. Е. Коновалов, Ю. Н. Емельянова ; Поволжский гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – 2-е изд., доп. и перераб. – Казань : ПоволжГУФКСиТ, 2023.
4. Психологическая диагностика в спорте : учеб. пособие / К. А. Бочавер, Д. В. Бондарев, Л. М. Довжик [и др.]. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2025. – 256 с.
5. Серова Л.К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте: учеб. пособие для вузов физ. культуры – М., Юрайт, 2017.
6. Соколов Н. Г. Методика обучения игре в баскетбол. Конспекты учебно-тренировочных занятий : учеб. пособие / Н. Г. Соколов, В. П. Овчинников. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2026. – 144 с.
7. Спортивная тренировка : учеб.-метод. пособие / сост. С. Ю. Махов ; Межрегиональная

Акад. безопасности и выживания. – Орел : МАБИВ, 2020. – 105 с.

8. Тулякова О. В. Комплексный контроль в физической культуре и спорте : учеб. пособие / О. В. Тулякова. – 2-е изд. – Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. – 106 с.

9. Теория и методика избранного вида спорта: водные виды спорта: учеб. для академ. Бакалавриата – М.: Юрайт, 2019.

10. Филиппов С. С. Управление процессом спортивной подготовки на основе федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта : учеб. пособие / С. С. Филиппов, Е. Я. Михайлова, В. В. Ермилова ; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 1 файл. – Загл. с титул. экрана. – Текст : электронный.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Максачук Е. П. Актуализация формирования спортивной культуры личности молодого поколения / Е. П. Максачук. – Москва : Спутник, 2012. – 102 с.

2. Малкин В. Р. Психологические методы подготовки спортсменов : учеб. пособие для вузов / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; Уральский федер. ун-т. – Москва [и др.] : Юрайт [и др.], 2020. – 96 с.

3. Никитушкина Н. Н. Организация методической работы в спортивной школе : учеб.-метод. пособие / Н. Н. Никитушкина. – Москва : Спорт, 2019. – 320 с

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения практики

1. Федеральные стандарты спортивной подготовки - <https://www.minsport.gov.ru/federalnye-standarty-sportivnoj-podgotovki-po-vidam-sporta-127fs/>

2. Примерные дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта - <https://www.minsport.gov.ru/documents/541/>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИКИ

Базами практики могут быть физкультурно-спортивные организации, реализующие программы спортивной подготовки по виду спорта (дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта).

2.3.15. Рабочая программа итоговой аттестации

1. ЦЕЛЬ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Целью итоговой аттестации является оценка уровня освоения слушателями соответствующих компетенций и качества его подготовленности для ведения нового вида профессиональной деятельности в соответствии с требованиями профессионального стандарта «Тренер-преподаватель» (утв. Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 г. № 952 н).

Проведение итоговой аттестации является способом определения соответствия результатов освоения слушателями дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки планируемым результатам обучения и имеет своей целью показать способность и умение слушателей, опираясь на полученные знания, сформированные умения, профессиональные владения, самостоятельно решать на современном уровне задачи новой профессиональной деятельности, профессионально излагать специальную информацию, аргументировать и защищать свою точку зрения.

К итоговой аттестации допускаются слушатели, успешно завершившие в полном объеме освоение дополнительной профессиональной программы, в соответствии с учебным планом представленной программы и требованиями соответствующего профессионального стандарта.

Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки осуществляется аттестационной комиссией.

При условии успешного прохождения итогового аттестационного испытания, выпускнику присваивается квалификация «Тренер-преподаватель» и выдается документ установленного образца о квалификации (диплом о профессиональной переподготовке).

2. ФОРМА И ОБЪЕМ ИТОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Форма итоговой аттестации – междисциплинарный экзамен.

Объем итоговой аттестации в соответствии с учебным планом составляет 4 часа.

Междисциплинарный экзамен представляет собой итоговое испытание с целью выявления и оценки сформированности компетенций и подготовленности слушателя к решению профессиональных задач, готовности к основным видам профессиональной деятельности.

В рамках проведения итоговой аттестации проверятся степень освоения всех компетенций:

Компетенции	Дисциплины, выносимые на итоговую аттестацию
ПК-1. Способен планировать содержание и проводить занятия физической культурой и спортом	Теория и методика физической культуры Теория и методика избранного вида спорта (группе вида спорта) Спортивная физиология
ПК-2. Способен проводить мероприятия спортивной ориентации и осуществлять спортивный отбор для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией	Спортивный отбор
ПК-3. Способен осуществлять психолого-педагогическое, информационное, техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом	Теория и методика избранного вида спорта (группе вида спорта) Педагогика физической культуры Психология физической культуры и спорта
ПК-4. Способен осуществлять организацию участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях	Теория и методика избранного вида спорта (группе вида спорта) Антидопинговое обеспечение спорта
ПК-5. Способен формировать осознанное отношение к физкультурно-спортивной деятельности, ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни, моральные ценности честной спортивной конкуренции, воспитывать социально значимые личностные качества для профилактики негативного социального поведения	Теория и методика физической культуры Педагогика физической культуры Психология физической культуры и спорта
ПК-6. Способен обеспечивать профилактику травматизма на занятиях физической культурой и спортом	Теория и методика физической культуры Теория и методика избранного вида спорта (группе вида спорта)
ПК-7. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	Антидопинговое обеспечение спорта

Междисциплинарный экзамен проводится в устной форме по билетам.

Экзаменационные билеты междисциплинарного экзамена содержат один теоретический вопрос и одно практико-ориентированное задание, при выполнении которых выпускник должен продемонстрировать сформированность знаний, умений и навыков не менее чем по одной профессиональной компетенции.

Критерии оценивания ответа слушателя в ходе междисциплинарного экзамена

Результаты междисциплинарного экзамена определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» на основании экспертного мнения членов экзаменационной комиссии. Оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» означают успешное прохождение тоговой аттестации.

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся дает полный и правильный ответ на поставленные в экзаменационном билете вопросы и задания:

- обнаруживает всестороннее системное и глубокое знание программного материала;
- обстоятельно раскрывает соответствующие методологические и теоретические положения;
- демонстрирует знание современной учебной и научной литературы;
- владеет понятийным аппаратом;
- демонстрирует способность к анализу и сопоставлению различных подходов к решению заявленной в билете проблематики;
- подтверждает знание теории примерами из практики;
- способен применять знание теории к решению профессиональных задач;
- демонстрирует грамотный подход в решении ситуационной задачи, с опорой на документы разного уровня, выстраивая преемственность, правильно подобраны средства (методы, нагрузка и т.п.);
- имеет собственную оценочную позицию и умеет аргументировано и убедительно ее раскрыть;
- четко излагает материал в логической последовательности.

Оценка «хорошо» выставляется, если обучающийся дает правильный ответ, однако не достаточно обстоятельно и глубоко его раскрывает:

- обнаруживает при этом твердое знание программного материала;
- допускает несущественные ошибки и неточности в изложении теоретического материала, исправленные после дополнительного вопроса экзаменатора;
- опирается при построении ответа только на обязательную литературу;
- подтверждает теоретические знания отдельными примерами из практики;
- способен применять знание теории к решению задач профессионального характера;
- демонстрирует правильный подход в решении ситуационной задачи, с опорой на нужные документы, правильно подобраны средства (методы, нагрузка и т.п.);
- наблюдается незначительное нарушение логики изложения материала;
- вопросы, задаваемые членами ГЭК, не вызывают существенных затруднений.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если обучающийся в основном знает программный материал в объеме, необходимом для предстоящей работы по профессии, но ответ, отличается недостаточной полнотой и обстоятельностью изложения:

- допускает существенные ошибки и неточности в изложении теоретического материала;
- испытывает затруднения при выполнении практических заданий;
- в решении ситуационной задачи, плохо ориентируется на какую нужно опираться документацию, испытывает затруднения при выборе средств (методов, нагрузки т.п.);
- в целом усвоил основной программный материал;
- требуется помощь со стороны членов экзаменационной комиссии (путем наводящих вопросов, небольших разъяснений и т.п.);
- неуверенно ориентируется в основных литературных источниках и нормативных документах;
- наблюдается нарушение логики изложения материала.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если обучающийся обнаруживает незнание или непонимание большей или наиболее существенной части содержания учебного материала:

- допускает принципиальные ошибки в ответе на вопросы экзаменационного билета;
- не может исправить ошибки с помощью наводящих вопросов членов экзаменационной комиссии;
- не способен применять знание теории к решению задач профессионального характера;

- не может привести примеры из практической деятельности;
- допускает грубое нарушение логики изложения материала;
- выпускнику не удалось продемонстрировать комплекс знаний и умений, свидетельствующий о его способности решать задачи профессиональной деятельности в типовых ситуациях, без погрешностей принципиального характера.

3. Условия реализации программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»

3.1. Кадровое обеспечение реализации программы

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими, как правило, базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, и систематически занимающимися научной и (или) научно-методической деятельностью.

Доля преподавателей, имеющих ученую степень и (или) ученое звание, в общем числе преподавателей, обеспечивающих образовательный процесс по данной программе, составляет 60 % преподавателей.

3.2. Учебно-методическое обеспечение программ

В соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 24 марта 2025 г. № 266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» организация образовательного процесса при реализации данной Программы регламентируется учебным планом; рабочими программами учебных дисциплин; материалами, обеспечивающими качество подготовки обучающихся; годовым календарным учебным графиком, а также методическими материалами, обеспечивающими реализацию соответствующих образовательных технологий.

Реализация дистанционных образовательных технологий и электронного обучения включает в себя доступ слушателей к электронным информационным ресурсам образовательной организации, возможность ознакомления с мультимедийным сопровождением изучаемого материала.

4. Оценка качества освоения программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»

Компонентный состав компетенций формируется при комплексном освоении слушателями всех видов профессиональной деятельности по Программе, а также в ходе закрепления знаний, полученных в процессе теоретического обучения, и приобретения необходимых профессиональных умений и навыков, опыта практической и самостоятельной работы.

Результат обучения сформированные компетенции. Успешность освоения Программы профессиональной переподготовки осуществляется посредством:

- текущего контроля (проверка усвоения учебного материала, осуществляемая на протяжении обучения: проведение контрольных работ, тестирование, контроль самостоятельной работы слушателей.);
- промежуточной аттестации (подведение итогов проделанной работы обучающегося; промежуточная аттестация может проводиться по результатам текущего контроля);
- итоговой аттестации (междисциплинарный экзамен).

Формы текущей и промежуточной аттестации, а также оценочные средства и критерии оценивания по отдельной дисциплине / практике представлены в рабочих программах дисциплин / практик. Требования к содержанию, процедуре проведения итоговой аттестации, оценочные средства и критерии оценивания представлены в программе итоговой аттестации.

5. Разработчики дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки»:

Багаутдинова Наталья Валентиновна,

канд. пед. наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики водных видов спорта ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)

Казызаева Александра Сергеевна,

канд. пед. наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и спорта ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)

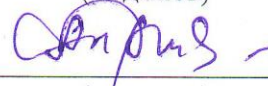
Кривошеева Ольга Робертовна,

канд. пед. наук, доцент кафедры педагогики и психологии ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)

Приешкина Алена Николаевна,

канд. пед. наук, доцент, заведующий кафедрой педагогики и психологии ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)

Сусикова Татьяна Степановна,

канд. пед. наук, доцент, доцент кафедры общественных и гуманитарных дисциплин ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)

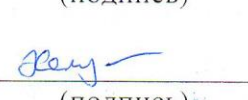
Федулова Светлана Владимировна,

старший преподаватель кафедры естественно-научных дисциплин ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)

Хамитова Лязат Ералловна,

канд. биол. наук, доцент кафедры естественно-научных дисциплин ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)


Черапкина Лариса Петровна,

канд. биол. наук, доцент, доцент кафедры естественно-научных дисциплин ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)

Чусовитина Ольга Михайловна,

канд. пед. наук, доцент, декан факультета заочного обучения и дополнительного образования ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки «Теория и методика физической культуры и спортивной тренировки» принята решением совета факультета заочного обучения и дополнительного образования протокол № 6 от 03 февраля 2026 г.

Арбузин Игорь Александрович,

проректор по учебной работе ФГБОУ ВО СибГУФК


(подпись)