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
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ГИРЕВОМ СПОРТЕ

Санкт-Петербург, 2026

Содержание

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте» …… 3
1.1. Нормативно-правовая база разработки Программы …… 3
1.2. Цель реализации Программы …… 3
1.3. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения Программы ……. 4
1.4. Планируемые результаты обучения …….. 4
1.5. Нормативная трудоемкость обучения ……... 10
1.6. Документ, выдаваемый после завершения обучения …….. 10
1.7. Организационно-педагогические условия реализации Программы …….. 11
2. Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте» …… 11
2.1. Календарный учебный график …….. 11
2.2. Учебный план …….. 12
2.3. Содержание модулей Программы ……..……... 13
3. Результаты освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте» …… 20
4. Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте» …… 24
5. Кадровое обеспечение образовательного процесса по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте» ……..……..…….. 30
6. Разработчики дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте» …… 31

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте»

В настоящее время особую актуальность и значение приобретает эффективное кадровое сопровождение процесса спортивной подготовки. Важную роль в достижении высоких результатов спортсменов играет правильно подобранные методы организации тренировочного процесса. Тренеру, тренеру-преподавателю необходимо уметь правильно и эффективно планировать тренировочный процесс на разных этапах спортивной подготовки, анализировать прогресс и регресс обучающегося, его функциональные характеристики, психологические состояния спортсмена, постоянно совершенствовать свои педагогические навыки.

Программа повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте» (далее – Программа) разработана для тренеров и тренеров-преподавателей с целью повышения компетентности в вопросах реализации программ спортивной подготовки по видам спорта, методических, психолого-педагогических и медико-биологических аспектов спортивной подготовки, современные аспекты организации тренировочного и соревновательного процессов.

1.1. Нормативно-правовая база разработки Программы

Нормативную правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте» составляют:

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

– Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 24 марта 2025 г. № 266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. №362н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 г. №952н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 25 сентября 2019 года № 886 «Об утверждении ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт.

1.2. Цель реализации Программы

Цель: качественное изменение профессиональных компетенций, необходимых для выполнения следующих трудовых функций в рамках имеющейся квалификации по разработке новых подходов к управлению (планированию и организации) учебно-тренировочным процессом спортсменов на различных этапах спортивной подготовки.

Таблица 1 – Обобщенные трудовые функции, определяющие содержание Программы

Обобщенные трудовые функции		Трудовые функции	
Код	Наименование	Наименование	Код
Профессиональный стандарт «Тренер» (утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. № 362н)			
В	Спортивная подготовка спортсменов и (или) спортивной команды по виду спорта (группе спортивных дисциплин)	Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов по виду спорта	В/01.6
		Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта	В/02.6
Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (утвержденный приказом			

Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 №952н)			
А	Деятельность по подготовке спортсменов и физическому воспитанию обучающихся	Планирование содержание занятий физической культурой и спортом	А/01.6
		Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией	А/02.6
		Психолого-педагогическое, информационное техническое сопровождение занятий физической культурой и спортом	А/04.6
		Организация участия в спортивных соревнованиях, в спортивных и физкультурных мероприятиях	А/05.6
		Формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения	А/06.6
		Проведение работы по предотвращению применения допинга	А/08.6

1.3 Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения Программы

К освоению дополнительной профессиональной программы повышения квалификации допускаются: лица, имеющие среднее профессиональное или высшее по специальностям или направлениям подготовки «Физическая культура», «Спорт», «Физическая культура и спорт».

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

Возможные наименования должностей, профессий: тренер, тренер-преподаватель.

1.4 Планируемые результаты обучения

В результате освоения данной программы повышения квалификации слушатель должен овладеть следующими профессиональными компетенциями:

ПК-1 Способен планировать учебно-тренировочный и соревновательный процессы на разных этапах спортивной подготовки с учетом морфофункциональных и психофизиологических особенностей занимающихся.

ПК-2 Способен осуществлять психолого-педагогическое сопровождение учебно-тренировочных занятий, организовывать воспитательную работу со спортсменами, в том числе, проводить работу по предотвращению применения допинга.

Таблица 2 – Планируемые результаты обучения

Виды деятельности	Трудовая функция (код)	Трудовые действия	Компе-тенции	Знания	Умения	Опыт деятельности
Профессиональный стандарт «Тренер» (утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. № 362н)						
Отбор занимающихся и оценка их перспективности в достижении спортивных результатов по виду спорта	B/01.6	• Проведение анализа уровня подготовленности занимающихся по виду спорта (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений) • Проведение анализа результатов соревновательной деятельности занимающихся, включая динамику спортивно-технических результатов в годичных циклах подготовки	ПК-1	- Теория и методология спортивного отбора и прогнозирования, в том числе: основные принципы и методы спортивного отбора, методики отбора по виде спорта, методы выявления общих и специальных спортивных способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта (группы спортивных дисциплин) - Морфологические критерии спортивного отбора по виду спорта - Методы оценки параметров физических данных занимающихся, способствующих перенесению высоких нагрузок при спортивной деятельности по виду спорта	- Производить анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений - Использовать методики анализа соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта при оценке перспективности с выделением ключевых параметров	- Опыт анализа показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений. - Опыт анализа соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта
Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта	B/02.6	• Подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях) и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий • Составление плана тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического	ПК-1	- Виды, содержание и технология планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин) - Модельные методики контроля и оценки результативности тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки по виду спорта - Особенности построения процесса спортивной подготовки в виде спорта (группе спортивных дисциплин) - Система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности	- Планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося - Подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся - Проводить мониторинг	- Опят планирования, учета и анализа результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта

		мастерства, психологической подготовленности, интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, на выполнение занимающимся разрядных требований • Проведение анализа данных медико-биологического контроля и самоконтроля занимающихся, выявление проблем и определение методов их решения		занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин)	результатов выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях	
Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель» (утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 г. №952н)						
Планирование содержание занятий физической культурой и спортом	А/01.6	• Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с ФС СП. • Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию дополнительной общеразвивающей программы в области ФКиС, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность.	ПК-1	- Особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры - Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки - Формы методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с федеральными стандартами спортивной подготовки	-Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; дополнительной общеразвивающей программы - 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.	- Опыт планирования содержания занятий физической культурой и спортом
Проведение мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора для обеспечения индивидуального	А/02.6	• Выявление возможностей спортсменов различного пола и возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к тренировочному процессу в организациях, осуществляющих СП. • Выявление возможностей обучающихся различного пола и	ПК-1	- Содержание методик спортивной ориентации к занятиям определенным видом спорта; выбору узкой спортивной специализации в пределах вида спорта; к определению индивидуальной структуры многолетней подготовки, динамики нагрузок и темпов роста	- Выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся - Планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной	- Опыт планирования мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе

подхода в соответствии с целями программ, реализуемых организацией		возраста с целью обеспечения индивидуального подхода к образовательному процессу в организации дополнительного образования.		достижений, к установлению ведущих факторов подготовленности к соревнованиям - Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности - Методики спортивного отбора и ориентации	подготовки по виду спорта, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта	дополнительного образования в области физической культуры и спорта
Психолого-педагогическое сопровождение занятий физической культурой и спортом	А/04.6	• Осуществление поддержки и психолого-педагогического, сопровождения спортсменов, а также проведение анализа деятельности для корректировки сопровождения тренировочного/образовательного процесса. • Обеспечение сопровождения обучающихся с применением психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся.	ПК-2	-Психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания - Психолого-педагогические основы учебной и тренировочной деятельности в части учета индивидуальных особенностей обучающихся и спортсменов - Методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса	- Применять образовательные технологии для индивидуализации обучения, развития, воспитания - Использовать технологии психолого-педагогического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся	- Опыт применения образовательных технологий для индивидуализации обучения, развития, воспитания
Формирование осознанного отношения занимающихся к физкультурной и спортивной деятельности	А/06.6	• Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих СП, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни. • Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.	ПК-2	- 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 занимающихся, а также стратегий и способов взаимодействия. - Социально значимые личностные качества, моральные ценности честной спортивной конкуренции, признаки и причины негативного социального поведения. - Педагогические технологии воспитания и развития личностных качеств.	- Анализировать и оценивать динамику психологических параметров спортсменов, определять их уровень мотивации. - Воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции. - Разъяснять занимающимся, их родителям (законным представителям) особенности тренировочного процесса, включая полезность занятий по общей физической подготовке. - Формировать и развивать навыки здорового образа жизни, неприятие нарушений спортивного режима, вредных	- Опыт применения педагогических технологий развития личностных качеств занимающихся (общительности, дружелюбия и товарищества, взаимопомощи, отзывчивости и уважения к окружающим). - Опыт применения технологий воспитательной работы по формированию и развитию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности,

					привычек, недопустимости применения допинга.	олимпийских идеалов и ценностей, морально-этических ценностей спортивной конкуренции и норм честной игры в спорте.
Проведение работы по предотвращению применения допинга	А/08.6	• 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-2	- 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 Российской Федерации 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.	- Планировать антидопинговые мероприятия. - Обеспечивать нетерпимость к допингу 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.	- Опыт разъяснения антидопинговых требований занимающимся. - Применения методик проведения работы по предотвращению применения допинга

В результате освоения программы слушатель должен

Знать:

- цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки;
- особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры; виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- формы методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора;
- методологические основы управления спортивной тренировкой (подходов к построению учебно-тренировочного процесса с учетом современных тенденций развития мирового спорта, технологий планирования и организации тренировочных программ) в соответствии с требованиями нормативных документов;
- теорию и методологию спортивного отбора и прогнозирования, в том числе: основные принципы и методы спортивного отбора, методики отбора по виду спорта, методы выявления общих и специальных спортивных способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта (группы спортивных дисциплин); характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности; морфологические критерии спортивного отбора по виду спорта;
- методы оценки параметров физических данных занимающихся, способствующих перенесению высоких нагрузок при спортивной деятельности по виду спорта;
- систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин);
- методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса;
- мероприятия по восстановлению работоспособности спортсменов после физических нагрузок;
- психологические особенности развития личности спортсмена на разных этапах спортивной подготовки; индивидуально-психологические особенности спортсмена; основы психорегуляции психических состояний спортсмена в тренировочном и соревновательном процессах;
- 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 занимающихся, а также стратегий и способов взаимодействия;
- психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; технологии воспитания и развития личностных качеств;
- 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; меры ответственности и санкции за нарушение антидопинговых требований и правил.

Уметь:

- планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; дополнительной общеразвивающей программы;
- планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося;
- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;
- производить анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета,

аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений;

- проводить мониторинг результатов выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях, использовать методики анализа соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта при оценке перспективности с выделением ключевых параметров;

- планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта; выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся;

- применять технологии психолого-педагогического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся; воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции;

- анализировать и оценивать динамику психологических параметров спортсменов, определять их уровень мотивации;

- разъяснять занимающимся, их родителям (законным представителям) особенности тренировочного процесса, включая полезность занятий по общей физической подготовке;

- формировать и развивать навыки здорового образа жизни, неприятие нарушений спортивного режима, вредных привычек, недопустимости применения допинга;

- планировать антидопинговые мероприятия, обеспечивать нетерпимость к допингу 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.

Иметь практический опыт деятельности:

- планирование содержания занятий физической культурой и спортом;

- планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта;

- анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений;

- анализ соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта;

- планирование мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта;

- применение образовательных технологий для индивидуализации обучения, развития, воспитания, технологий воспитательной работы по формированию и развитию патриотизма, национальной идентичности, общечеловеческих норм нравственности, олимпийских идеалов и ценностей, морально-этических ценностей спортивной конкуренции и норм честной игры в спорте;

- применение методик проведения работы по предотвращению применения допинга, разъяснения антидопинговых требований занимающимся.

1.5 Нормативная трудоемкость обучения

Трудоемкость обучения по данной программе – 108 часов, включая все виды контактной работы (аудиторной – очной, онлайн) и самостоятельной учебной работы слушателя. Общий срок обучения – 3 недели.

1.6 Документ, выдаваемый после завершения обучения

Удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

1.7 Организационно-педагогические условия реализации Программы

Организация образовательной деятельности по программе. Реализация программы повышения квалификации направлена на совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации в сфере физической культуры и спорта. Образовательная деятельность по программе предполагает очную форму обучения с применением дистанционного обучения. При необходимости допускается проведение лекций, консультаций по самостоятельной работе и итоговой аттестации в режиме on-line.

Учебно-методическое, информационное обеспечение программы. Учебно-методическое обеспечение программы представлено в электронно-информационной образовательной среде вуза.

Материально-техническое обеспечение программы. Реализация программы предполагает наличие учебной аудитории для проведения лекционных, семинарских и практических занятий, физкультурно-оздоровительного комплекса, включающего в себя оборудованные спортивные тренажерные залы и прочее.

Оборудование и техническое оснащение учебной аудитории:

- компьютеризированное рабочее место для преподавателя, в том числе для проведения занятий в режиме on-line;
- рабочие места для слушателей;
- мультимедийный проектор, экран;
- доступ слушателей к ресурсам Образовательного портала университета, учебно-методической, нормативно-правовой и научной литературе.

2 Содержание дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте»

2.1 Календарный учебный график

Форма обучения	Контактных часов в день	Дней в неделю	Общая продолжительность программы
Очная / онлайн с использованием ДОТ	6-8	5-6	3 недели

Учебные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию.

2.2 Учебный план

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

«Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте»

№ п/п	*Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем*	*Всего часов*	*Трудоемкость по видам работ в часах*				*Форма контроля*
			Контактная работа (очные занятия, включая онлайн)			Самост. работа	
			Всего	Лекции	Практ.		
1	**Модуль 1. Теоретико-методологические аспекты подготовки спортсменов в гиревом спорте**	**46**	**30**	**16**	**14**	**16**	Тести-рование
1.1	Организационно-методологические аспекты развития современного спорта и современная система спортивной тренировки в гиревом спорте	6	4	2	2	2	
1.2	Планирование и построение спортивной тренировки: содержание и структура тренировочных нагрузок при подготовке спортсменов в гиревом спорте	12	8	4	4	4	
1.3	Современные подходы к управлению тренировочным процессом	8	4	2	2	4	
1.4	Теория и методология спортивного отбора и ориентации	6	4	2	2	2	
1.5	Современные аспекты соревновательной деятельности	6	4	2	2	2	
1.6	Организация работы по предотвращению применения допинга	8	6	4	2	2	
2	**Модуль 2. Психолого-педагогические аспекты подготовки спортсменов**	**30**	**20**	**10**	**10**	**10**	Тести-рование
2.1	Психологические особенности развития личности спортсмена на разных этапах спортивной подготовки	6	4	2	2	2	
2.2	Индивидуально-психологические особенности спортсмена	6	4	2	2	2	
2.3	Психорегуляция психических состояний в спорте	6	4	2	2	2	
2.4	Психолого-педагогическое обеспечение воспитательной работы со спортсменами	6	4	2	2	2	
2.5	Общение и межличностные отношения участников деятельности в сфере физической культуры и спорта	6	4	2	2	2	
3	**Модуль 3. Медико-биологические аспекты подготовки спортсменов**	**30**	**22**	**14**	**8**	**8**	Тести-рование
3.1	Анатомо-физиологические особенности развития, функциональной подготовленности и физической работоспособности спортсменов на разных этапах спортивной подготовки	14	4	6	4	4	
3.2	Организация систематического контроля состояния функциональных систем и здоровья спортсменов	8	6	4	2	2	
3.3	Мероприятия по восстановлению работоспособности спортсменов после физических нагрузок	8	6	4	2	2	
	Итоговая аттестация (зачет)	**2**	**2**	**-**	**2**	**-**	Тест/Собеседование
	ИТОГО	**108**	**74**	**40**	**34**	**34**	

2.3 Содержание модулей Программы

Модуль 1. Теоретико-методологические аспекты подготовки спортсменов в гиревом спорте (46 часов)

Номер темы	Название и краткое содержание темы	Трудоемкость в часах		
		Лек.	Практ.	С/р
1.1	**Организационно-методологические аспекты развития современного спорта и современная система спортивной тренировки в гиревом спорте** Планирование и контроль тренировочного процесса в годичном цикле подготовки (с учетом уровня спортивной квалификации) на основе данных Л.П. Матвеева, В.Г. Никитушкина, Б.А. Никулина. Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, определяемые федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «гиревой спорт». Система подготовки спортсменов. Подготовка спортивного резерва в современных условиях. Системы подготовки спортсменов высокой квалификации по гиревому спорту в мире и в Российской Федерации (О. Бар-Ор, Н.И. Волков, Л.В. Волков, В.П. Губа, В.Н. Платонов).	2	2	2
1.2	**Планирование и построение спортивной тренировки: содержание и структура тренировочных нагрузок при подготовке спортсменов в гиревом спорте** Построение тренировочного процесса с учетом совмещения тренировочных нагрузок различной направленности (в одном, нескольких занятиях, микроцикле). Виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в гиревом спорте.	4	4	4
1.3	**Современные подходы к управлению тренировочным процессом.** Управление тренировочным процессом, как целенаправленная система педагогических воздействий на спортсмена. Система показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин). Методы оценки параметров физических данных занимающихся, способствующих перенесению высоких нагрузок при спортивной деятельности по гиревому спорту. Управление подготовкой квалифицированных спортсменов в гиревом спорте.	2	2	4
1.4	**Теория и методология спортивного отбора и ориентации** Научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в детско-юношеском спорте. Организация спортивной ориентации: стадия подготовки решения о выборе вида спорта для углубленных занятий; стадия целенаправленной и многосторонней связи спортсмена в сфере спорта высших достижений. Характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности: педагогический отбор; психологический отбор; физиологический отбор; биохимический отбор; генетический отбор; комплексный отбор. Методики массового и индивидуального отбора в спорте. Проблема отбора спортсменов высокой спортивной квалификации (О.М. Мирзоев, Л.П. Сергиенко, В.П. Губа и др.).	2	2	2
1.5	**Современные аспекты соревновательной деятельности в гиревом спорте** Соревнования в системе подготовки спортсменов. Виды спортивных	2	2	2

	соревнований. Регламентация и способы проведения соревнований. Содержание соревновательной деятельности с учетом этапа подготовки. Показатели эффективности соревновательной деятельности. Структура соревновательной деятельности. Средства, методы и процедура контроля соревновательной деятельности.			
1.6	**Организация работы по предотвращению применения допинга** Законодательство РФ по противодействию применения допинга, Требования, правила и стандарты в области антидопинга. Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые правила и стандарты. Виды ответственности и санкции за нарушение антидопинговых правил. Меры предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним. Алгоритм допинг-контроля во время соревнований и во внесоревновательный период. Алгоритм действий спортсмена при неблагоприятном результате допинг-пробы.	4	2	2
	Итого:	**16**	**14**	**16**

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по Модулю 1

Основная литература:

1. Алексеев С.В. Физическая культура и спорт в образовательном пространстве России: монография / С. В. Алексеев [и др.]. - М. [и др.] : Еврошкола [и др.], 2017. - 520 с.

2. Верхошанский Ю. В. Основы специальной силовой подготовки в спорте: монография / Ю. В. Верхошанский. - 4-е изд. - М. : Сов. спорт, 2019. - 216 с.

3. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. - 5-е изд., стер. - М. : Спорт, 2020.

4. Иссурин В. Б. Научные и методические основы подготовки квалифицированных спортсменов : пособие для тренеров, студентов высш. учеб. заведений физ. культуры и спорта / В. Б. Иссурин, В. И. Лях. - М. : Спорт, 2020.

5. 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. - М. : Спорт, 2020.

6. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учеб. для высш. учеб. заведений физкульт. профиля / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021. – 520 с.

7. Никитушкин В.Г. Комплексный контроль в подготовке юных спортсменов: монография/ В. Г. Никитушкин.- М.: Физическая культура, 2013.- 208 с.

8. Платонов, В.Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм. – М.: Советский спорт, 2010. – 310 с.

9. Профессиональная подготовка студентов факультетов физической культуры и спорта по гиревому спорту : учеб.-метод. пособие / В. Ю. Павлов, О. Н. Бобина, А. Ю. Вязигин, С. Г. Дмитриев ; Томский гос. пед. ун-т . – Томск : ТГПУ, 2024. – 52 с.

10. Рахматов А. И. Гиревой спорт : учеб. пособие / А. И. Рахматов. – Москва : ТД "Сов. спорт", 2024. – 220 с.

11. Сергиенко Л.П. Спортивный отбор: теория и практика: Монография: Л.П. Сергиенко. – М.: Советский спорт, 2013. – 1048 с.

12. Тихонов В. Ф. Основы гиревого спорта: обучение двигательным действиям и методы тренировки : учеб. пособие для образов. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образов. деятельность по направлению 032100 - Физ. культура / В. Ф. Тихонов, А. В. Суховей, Д. В. Леонов. – Москва : Сов. спорт, 2009. – 132 с.

13. Шикунов А. Н. Гиревой спорт: историко-культурологические и методологические аспекты : науч.-метод. пособие / А. Н. Шикунов. – Тамбов : [б. и.], 2012. – 128 с.

Дополнительная литература:

1.Виноградов Г. П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки: учеб.

для студентов вузов, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 49.03.01 - Физ. Культура/ Г. П. Виноградов., И. Г. Виноградов.- М.: Спорт, 2017

2.Виноградов Г.П. Атлетизм : теория и методика тренировки : учеб. для студентов вузов, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 - Физ. культура / Г. П. Виноградов. - М. : Сов. спорт, 2009. - 328 с.

3. Волков Б. С. Методология и методы психологического исследования : учеб. пособие для вузов / Б. С. Волков, Н. В. Волкова, А. В. Губанов. - 6-е изд., испр. и доп. - М. : Акад. Проект, 2015.

4. Волков, Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков. - К.: Олимпийская литература, 2002. - 296 с.

5. Губа В.П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход): науч.- метод. пособие ; монография/ В. П. Губа.- М.: Сов. спорт, 2012.-384с.

6. Тихонов В. Ф.Основы гиревого спорта: обучение двигательным действиям и методы тренировки : учеб. пособие для образов. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образов. деятельность по направлению 032100 - Физ. культура / В. Ф. Тихонов, А. В. Суховей, Д. В. Леонов. - М. : Сов. спорт, 2009. - 132 с.

Формы и методы контроля знаний слушателей по Модулю 1

Промежуточный контроль осуществляется в виде тестирования, которое проводится в электронной информационно-образовательной среде университета. В электронном виде предлагается тест, включающий 20 тестовых заданий по модулю.

Шкала и критерии оценки теста

«Зачтено» - дано 80 % и более правильных ответов.

«Не зачтено» - дано менее 80 % правильных ответов.

Модуль 2. Психолого-педагогические аспекты подготовки спортсменов (30 часов)

Номер темы	Название и краткое содержание темы	Трудоемкость в часах		
		Лек.	Практ.	С/р
2.1	**Психологические основы развития личности** Понятие личности и личностных качеств. Возрастные особенности развития личности спортсмена. Деятельность как способ существования личности. Движущие силы развития психических процессов. Особенности проявления закономерностей психического развития в различные возрастные периоды. Особенности мотивации к занятиям физической культурой и спортом на разных этапах спортивной подготовки.	2	2	2
2.2	**Индивидуально-психологические особенности спортсмена** Познавательные психические процессы и их проявления при занятиях физической культурой и спортом. Тактическое (оперативное) мышление в спорте. Индивидуальный стиль деятельности спортсмена и факторы его обусловливающие. Методики контроля и оценки психологических параметров спортсменов. Составление психолого-педагогической характеристики (портрета) личности занимающегося.	4	4	4
2.3	**Психорегуляция психических состояний в спорте** Диагностика и психорегуляция психических состояний в спорте. Психические состояния спортсменов. Психо-эмоциональное выгорание в спорте. Агрессия и конфликты в спорте. Психотехники в спорте. Диагностика умений психорегуляции психических состояний спортсменов.	2	2	4
2.4	**Психолого-педагогическое обеспечение воспитательной работы со спортсменами**	2	2	2

	Воспитание в спорте как способ психолого-педагогической помощи тренера спортсмену. Педагогические технологии воспитания и развития личностных качеств; формирование и развитие самооценки и самоконтроля; формирование и сохранение спортивной мотивации в различные периоды. Воспитание личности в коллективе: патриотическое воспитание; воспитание морально-этических ценностей спортивной конкуренции и формирование нравственного сознания и мотивов деятельности, согласующихся с идеалами высокой морали. Особенности управления спортивным коллективом.			
2.5	**Общение и межличностные отношения участников деятельности в сфере физической культуры и спорта** Понятие общения. Технологии эффективного общения тренера со спортсменами. Конфликты в спорте и управление ими. Формирование позитивных социально-психологических отношений юных спортсменов с другими людьми в процессе физкультурно-спортивной деятельности, формирования осмысленного отношения к спортивной деятельности. Организация общения с родителями.	2	2	2
	Итого:	**10**	**10**	**10**

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по Модулю 2

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. Головнева Е. В. Теория и методика воспитания : учеб. пособие для студентов пед. вузов / Е. В. Головнева. - 2-е изд. - М. : Высш. шк., 2009. - 256 с.
4. Карпушин Б. А. Педагогика физической культуры : учеб. для вузов по направлению - Физ. культура / Б. А. Карпушин. - М. : Сов. спорт, 2013. - 300 с.
5. Костихина Н.М. Педагогика физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Н. М. Костихина, О. Р. Кривошеева, О. М. Чусовитина, Н. В. Колмогорова; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта.- Электрон. дан.- Омск: Изд-во СибГУФК, 2015.
6. Педагогика физической культуры : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / под ред. С. Д. Неверковича. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2014. - 368 с.
7. Радионов А.В. Средства психологической регуляции в системе подготовки хоккеистов. Методическая разработка. – М.: Федерация хоккея России, 1997. – 26 с.
8. Развитие потребностно-мотивационной сферы студентов для систематических занятий гиревым спортом : метод. рекомендации / сост. А. А. Курунов ; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург : ОГУ, 2024. – 37 с.
9. 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.
10. 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.
11. 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.

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. 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.

4. Михно Л. В. Игра в хоккей в условиях современного общества: мотивация юных хоккеистов и их родителей : учеб. пособие / Л.В. Михно, Е.В. Утишева Е.В. – НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, – 2016. – 147 с.

5. 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.

6. Сафонов В. К. Психология спортсмена: слагаемые успеха : монография / В. К. Сафонов. – 3-е изд., стер. – Москва : Спорт [и др.], 2024. – 288 с.

7. Сластенин В.А. Педагогика: учебник для студентов учреждений высш. образования / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов; под ред. В.А. Сластенина. – 12-е изд., стер., - М., 2014. – 608 с.

8. Хозяинов Г. И. Мастерство педагога в процессе образования и обучения : монография / Г. И. Хозяинов. - М. : Физическая культура, 2006. - 224 с.

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

10. 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.

Формы и методы контроля знаний слушателей по Модулю 2

Промежуточный контроль осуществляется в виде тестирования, которое проводится в электронной информационно-образовательной среде университета. В электронном виде предлагается тест, включающий 20 тестовых заданий по модулю.

Шкала и критерии оценки теста

«Зачтено» - дано 80 % и более правильных ответов.
«Не зачтено» - дано менее 80 % правильных ответов.

Модуль 3. Медико-биологические аспекты подготовки спортсменов (30 часов)

Номер темы	Название и краткое содержание темы	Трудоемкость в часах		
		Лек.	Практ.	С/р
3.1	**Анатомо-физиологические особенности развития, функциональной подготовленности и физической работоспособности спортсменов на разных этапах спортивной подготовки** Анатомо-физиологические особенности развития спортсмена в разные возрастные периоды. Сенситивные периоды развития физических качеств и способностей. Методика контроля и оценки функционального состояния и физической работоспособности занимающихся. Исследование функционального состояния организма занимающегося. Мониторинг (контроль) функционального состояния организма в тренировочном процессе. Своевременная система коррекции тренировочного и восстановительного процесса для поддержания заданного функционального состояния организма занимающегося.	6	4	4
3.2	**Организация систематического контроля состояния функциональных систем и здоровья спортсменов**	4	2	2

	Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на разных этапах. Медицинские, медико-биологические, психо-физиологические требования и возрастные нормы занимающихся. Методы и техники самоконтроля занимающегося. Методы организации медико-биологического контроля в спорте. Методики комплексной оценки подготовленности занимающихся. Методики медико-биологического тестирования. Здоровьесбережение спортсменов. Обеспечение спортсменов лекарственными препаратами. Обеспечение спортсменов специализированными пищевыми продуктами.			
3.3	**Мероприятия по восстановлению работоспособности спортсменов после физических нагрузок** Содержание и последовательность восстановительных мероприятий. Гигиенические средства восстановления (личная гигиена, самоконтроль, режим дня). Медико-биологические средства восстановления. Питание спортсменов. Сон, как жизненно важная потребность организма. Фармакологические средства восстановления. Физиотерапевтические средства восстановления (массаж, гидротерапия, электростимулирование и пр.)	4	2	2
	Итого:	**14**	**8**	**8**

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов по Модулю 3

Основная литература:

1. Дробинская А. О. Анатомия и возрастная физиология : учеб. для бакалавров по направлению подготовки 050400 Психол.-пед. образование / А. О. Дробинская. - М. : Юрайт, 2012. - 527 с.
2. Назарова Е. Н. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учеб. для бакалавров по направлению подгот. "Пед. образование" / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 256 с.
3. 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. - 14-е изд. - М. : Спорт, 2018. - 624 с.
4. Иорданская Ф. А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов - резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования) : монография / Ф. А. Иорданская. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Спорт, 2021. – 176 с.
5. Рубанович В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой. Учебное пособие для среднего профессионального образования. - Москва, Издательство Юрайт. 2020 – 253 с.
6. Ткачук М. Г. Спортивная морфология : учебник / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова ; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : Лань, 2023. – 224 с.
7. 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.
8. Фомина Е. В. Спортивная психофизиология : учеб. пособие / Е. В. Фомина ; Московский пед. гос. ун-т. – 2-е изд., стер. электрон. – Москва : Изд-во МПГУ, 2024. – 172 с

Дополнительная литература:

1. Бахрах И.И. Врачебный контроль и физическое воспитание детей школьного возраста: учеб.-метод. пособие/ И. И. Бахрах, Н. А. Гамза.- Минск: Адукацыя і выхаванне, 2010.- 176 с.
2. Иорданская Ф.А. Мониторинг здоровья и функциональная подготовленность высококвалифицированных спортсменов в процессе учебно-тренировочной работы и соревновательной деятельности / Ф.А. Иорданская, М.С. Юдинцева. – М.: Советский спорт, 2006. – 184с.

3. Роженцов В.В. Утомление при занятиях физической культурой и спортом: проблемы, методы исследования: монография / В.В. Роженцов, М.М. Полевщиков. – М.: Советский спорт, 2006. – 280с.

4. Мавлиев Ф. А. Физиологические основы обеспечения аэробной работоспособности : учеб.-метод. пособие / Ф. А. Мавлиев, В. А. Демидов ; Поволжский гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2024. – 40 с.

5. Макарова Г.А. Медицинское обеспечение детского и юношеского спорта: крат. клинико-фармаколог. справочник / Г.А. Макарова, Л.А. Никулин, В.А. Шашель. – М.: Сов. спорт, 2009. – 272 с. – Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/4100

6. Роженцов В.В. Утомление при занятиях физической культурой и спортом: проблемы, методы исследования: монография / В.В. Роженцов, М.М. Полевщиков. – М.: Советский спорт, 2006. – 280с.

7. Самоконтроль - основа профессионального роста спортсмена : настольная книга спортсмена / под ред. Г. А. Макаровой. – Москва : ПРИНТЛЕТО, 2024. – 608 с.

8. Спортивная медицина: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению «Физ. культура» / под. ред. А.В. Смоленского. – М.: Академия, 2015. – 320 с. Кол-во экз. – 97 с.

9. Ткачук М. Г. Оценка физического развития : учеб. пособие / М. Г. Ткачук, А. А. Дюсенова ; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург : Лань, 2025. – 64 с.

10. Черапкина Л. П. Физиология спорта (на примере хоккея) : учеб. пособие / Л. П. Черапкина, В. Г. Тристан ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. – 2-е изд., перераб. и доп. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2020. – 156 с.

Формы и методы контроля знаний слушателей по Модулю 3

Промежуточный контроль осуществляется в виде тестирования, которое проводится в электронной информационно-образовательной среде университета. В электронном виде предлагается тест, включающий 20 тестовых заданий по модулю.

Шкала и критерии оценки теста

«Зачтено» - дано 80 % и более правильных ответов.

«Не зачтено» - дано менее 80 % правильных ответов.

3 Результаты освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте»

№ п/п	Наименование учебных разделов, тем	Освоенные/ усовершенствованные компетенции	Должен знать	Должен уметь	Должен иметь практический опыт деятельности
1	**Модуль 1. Теоретико-методологические аспекты подготовки спортсменов**				
1.1	Организационно-методологические аспекты развития современного спорта и современная система спортивной тренировки	ПК-1 Способен планировать учебно-тренировочный и соревновательный процессы на разных этапах спортивной подготовки с учетом морфофункциональных и психофизиологических особенностей занимающихся.	- цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки;	- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;	- планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта;
1.2	Планирование и построение спортивной тренировки: содержание и структура тренировочных нагрузок при подготовке спортсменов		- особенности планирования тренировочного процесса по виду спорта, образовательного процесса в предметной области физической культуры; виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта (группе спортивных дисциплин); - формы методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора;	- планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; дополнительной общеразвивающей программы; - планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося;	- планирование содержания занятий физической культурой и спортом;
1.3	Современные подходы к управлению тренировочным процессом		- методологические основы управления спортивной тренировкой (подходов к построению учебно-тренировочного процесса с учетом современных тенденций развития мирового спорта, технологий планирования и организации тренировочных программ) в соответствии с требованиями нормативных документов; - методы оценки параметров физических данных занимающихся, способствующих перенесению высоких нагрузок при спортивной деятельности по виду спорта; - методы и приемы контроля, оценивания и коррекции результатов спортивной подготовки и образовательного процесса;	- производить анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, антропометрических измерений; - проводить мониторинг результатов выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях, использовать методики анализа соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта при оценке перспективности с выделением ключевых параметров;	- планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся по виду спорта; - анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений;

1.4	Теория и методология спортивного отбора и ориентации		- теорию и методологию спортивного отбора и прогнозирования, в том числе: основные принципы и методы спортивного отбора, методики отбора по виду спорта, методы выявления общих и специальных спортивных способностей, отвечающих требованиям специфики вида спорта (группы спортивных дисциплин); характер и количество применяемых методов для оценки спортивной одаренности; морфологические критерии спортивного отбора по виду спорта;	- планировать мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта; выбирать методики спортивной ориентации и спортивного отбора спортсменов и обучающихся;	-планирование мероприятий спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки по виду спорта, образовательной программе дополнительного образования в области физической культуры и спорта;
1.5	Современные аспекты соревновательной деятельности		- систему показателей контроля и оценки результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности занимающихся в виде спорта (группе спортивных дисциплин);	- проводить мониторинг результатов выступлений занимающихся в спортивных соревнованиях, использовать методики анализа соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта при оценке перспективности с выделением ключевых параметров;	- анализ соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта;
1.6	Организация работы по предотвращению применения допинга	ПК-2 Способен осуществлять психолого-педагогическое сопровождение учебно-тренировочных занятий, организовывать воспитательную работу со спортсменами, в том числе, проводить работу по предотвращению применения допинга	- 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; меры ответственности и санкции за нарушение антидопинговых требований и правил.	- планировать антидопинговые мероприятия, обеспечивать нетерпимость к допингу 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	- применение методик проведения работы по предотвращению применения допинга, разъяснения антидопинговых требований занимающимся

2	**Модуль 2. Психолого-педагогические аспекты подготовки спортсменов**				
2.1	Психологические особенности развития личности спортсмена на разных этапах спортивной подготовки	ПК-2 Способен осуществлять психолого-педагогическое сопровождение учебно-тренировочных занятий, организовывать воспитательную работу со спортсменами, в том числе, проводить работу по предотвращению применения допинга	- понятие личности и личностных качеств. Возрастные особенности развития личности спортсмена. Деятельность как способ существования личности. Движущие силы развития психических процессов;	- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;	- планирование содержания занятий физической культурой и спортом; - анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений;
2.2	Индивидуально-психологические особенности спортсмена		- познавательные психические процессы и их проявления при занятиях физической культурой и спортом. Тактическое (оперативное) мышление в спорте. Индивидуальный стиль деятельности спортсмена и факторы его обусловливающие;	- анализировать и оценивать динамику психологических параметров спортсменов, определять их уровень мотивации;	
2.3	Психорегуляция психических состояний в спорте		- основы психорегуляции психических состояний спортсмена в тренировочном и соревновательном процессах, методы диагностики умений психорегуляции психических состояний спортсменов;		
2.4	Психолого-педагогическое обеспечение воспитательной работы со спортсменами		- 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 занимающихся, а также стратегий и способов взаимодействия; - технологии воспитания и развития личностных качеств;	- применять технологии психолого-педагогического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся; воспитывать социально значимые личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции; - формировать и развивать навыки здорового образа жизни, неприятие нарушений спортивного режима, вредных привычек, недопустимости применения допинга;	-применение образователь-ных технологий для индивидуализации обучения, развития, воспитания, технологий воспитательной работы по формированию и развитию патриотизма, национальной идентичности, общечело-веческих норм нравствен-ности, олимпийских идеалов и ценностей, морально-этических ценностей спортивной конкуренции и норм честной игры в спорте;
2.5	Общение и межличностные отношения участников деятельности в сфере физической культуры и спорта		- психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; -технологии эффективного общения тренера со спортсменами, формирования позитивных социально-психологических отношений юных спортсменов с другими людьми в процессе физкультурно-спортивной деятельности, формирования осмысленного отношения к спортивной деятельности		

3	**Модуль 3. Медико-биологические аспекты подготовки спортсменов**				
3.1	Анатомо-физиологические особенности развития, функциональной подготовленности и физической работоспособности спортсменов на разных этапах спортивной подготовки	ПК-1 Способен планировать учебно-тренировочный и соревновательный процессы на разных этапах спортивной подготовки с учетом морфофункциональных и психофизиологических особенностей занимающихся.	- анатомо-физиологические особенности развития спортсмена в разные возрастные периоды; - методика контроля и оценки функционального состояния и физической работоспособности занимающихся;	- подбирать средства и методы тренировки в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся;	- планирование содержания занятий физической культурой и спортом;
3.2	Организация систематического контроля состояния функциональных систем и здоровья спортсменов		- мониторинг (контроль) функционального состояния организма в тренировочном процессе; - методики комплексной оценки подготовленности занимающихся;	- производить анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений;	- анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений;
3.3	Мероприятия по восстановлению работоспособности спортсменов после физических нагрузок		- содержание и последовательность восстановительных мероприятий; - гигиенические, медико-биологические, фармакологические, физиотерапевтические средства восстановления.	- планировать содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик и адаптационных возможностей занимающегося	- планирование содержания занятий физической культурой и спортом;

4 Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте»

Итоговая оценка уровня освоения программы осуществляется в форме зачета, который может проводиться в виде тестирования или собеседования.

Тестирование проводится электронной информационно-образовательной среде университета. В электронном виде предлагаются тестовые задания по всем модулям программы. Тест включает 40 тестовых заданий.

Шкала и критерии оценки теста

«Зачтено» - дано 80 % и более правильных ответов.

«Не зачтено» - дано менее 80 % правильных ответов.

Собеседование проводится по вопросам модулей программы. Члены комиссии проводят собеседование по экзаменационным билетам (два вопроса в билете)

Шкала и критерии оценки ответа на собеседовании

«Зачтено» - даны определения более 70% понятий и терминов по вопросу билета, содержание понятий раскрыто в полном объеме, предусмотренном программой. При отстаивании своей точки зрения приводит не менее трех аргументов, делая анализ, формулируя обобщения и выводы.

«Не зачтено» - даны определения 50% понятий и терминов по вопросу билета, содержание понятий раскрыто не в полном объеме, частично соответствует программе дисциплины. При ответе не отстаивает свою точку зрения.

Примерные тестовые задания

Модуль 1. Теоретико-методологические аспекты подготовки спортсменов в гиревом спорте

1. Отметьте правильный ответ

Целью какого цикла является начальная адаптация к должным нагрузкам?

 Предсоревновательный

 Ударный

 Нагрузочный

 Втягивающий

2. Напишите правильный ответ

Двигательные действия, которые направлены на решение задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям, называются

Ответ

Физические упражнения

3. Отметьте правильный ответ

Какой вид контроля используется для оценки подготовленности спортсмена после периода или этапа подготовки?

 Оперативный

 Текущий

 Этапный

4. Отметьте правильный ответ

Подготовительный, соревновательный, переходный – это … ?

 Этапы подготовки

 Макроциклы

 Периоды подготовки

 Мезоциклы

5. Отметьте правильный ответ

Какие средства контроля из ниже перечисленных могут быть использованы для оценки уровня скоростно-силовых способностей?

 Бег 1000м

 Прыжок в длину с места

 Челночный бег

 Подтягивание на высокой перекладине

6. Отметьте правильный ответ

Какой из ниже перечисленных терминов используется в разделе «периодизация тренировочного процесса»

 Многолетняя подготовка

 Управление

 Самоконтроль

 Контроль

7. Отметьте правильный ответ

Верно ли утверждение: оперативный контроль позволяет осуществлять мониторинг уровня физической подготовленности в годичном цикле.

 Верно

 Неверно

8. Отметьте правильный ответ

Выберете позицию, которая соответствует правильным наименованиям этапов спортивного отбора:

 Первичный, предварительный, промежуточный, основной, заключительный

 Начальный, вторичный, главный, заключительный

 Первичный, Предварительный, вторичный, основной, заключительный

 Первичный, главный, промежуточный, заключительный

9. Отметьте правильный ответ

Под программой мониторинга Запрещенного списка понимается:

 взятие допинг-проб на долгосрочной основе для биологического паспорта спортсмена

 тестирование спортсменов, которые ранее нарушали антидопинговые правила

 контроль за применением лекарственных средств, не включенных в категорию запрещенных

 контроль за соблюдением антидопинговых правил

10. Выберите один или несколько правильных ответов

Обязательные действия ИДК при уведомлении спортсмена:

 предъявить документ, удостоверяющий личность ИДК

 выяснить готов ли спортсмен к сдаче пробы

 предъявить официальные документы, выданные антидопинговой организацией, удостоверяющие полномочия ИДК

 выяснить наличие противопоказаний у спортсмена для взятия пробы

 разъяснить спортсмену его права и обязанности при тестировании

 рассказать спортсмену о правах и обязанностях ИДК

Модуль 2. Психолого-педагогические аспекты подготовки спортсменов

1. Отметьте правильный ответ

Огромное значение в развитии личности играет:

- самоутверждение человека
- **активность и стремление к саморазвитию**
- совершенствование педагогических процессов
- отсутствие противоречий

2. Отметьте правильный ответ

Психологическими особенностями детей младшего школьного возраста являются:

- игровая деятельность, непроизвольность психических процессов, низкая
- психомоторная расторможенность, дезадаптированность, отсутствие интереса к учебе
- **учебная деятельность, произвольность психических процессов, развитие**
- асоциальное поведение, тревожность, высокая тяга к самосовершенствованию

3. Отметьте правильный ответ

Подросткам свойственно:

- **стремление к самоутверждению достоинства**
- желание слушаться советов взрослых
- низкий уровень конфликтности
- высокий уровень самосознания

4. Отметьте правильный ответ

Личность характеризует:

- **общественную сущность человека**
- биологическую сущность человека
- процесс морфофункционального созревания человека
- качественные изменения в нервной системе и психике

5. Отметьте правильный ответ

Движущие силы развития личности:

- отсутствие противоречий
- влияние только внешних обстоятельств
- **борьба внутренних и внешних противоречий**
- влияние только внутренних обстоятельств

6. Отметьте правильный ответ

Основным признаком эффективности процесса воспитания являются:

- знания, умения и навыки
- успеваемость
- **поведение школьника**
- индивидуальные особенности школьника
- приспособление к условиям

7. Отметьте правильный ответ

Откликаемость личности на воспитательные воздействия извне - это:

- Воспитанность
- Зрелость
- **Воспитуемость**
- Разборчивость
- Необразованность

8. Отметьте правильный ответ

Определите группу мотивов обеспечения благополучия группы или коллектива:

- Мотивационные
- Диалогические
- Перефирические
- **Коллективистские**
- Интернациональные

9. Отметьте правильный ответ

Целью воспитания в спорте является (по Н.Б. Стамбуловой):

- развитие только волевых качеств спортсмена
- формирование спортсмена-рекордсмена
- **формирование спортсмена-творца**
- развитие только физических качеств спортсмена

10. Приведите в соответствие цели психолого-педагогического сопровождения спортивной карьеры на разных этапах спортивной карьеры

1. помощь юному спортсмену в преодолении кризиса начала спортивной специализации, а именно - в первичной адаптации к требованиям спортивной деятельности и избранного вида спорта	A. заключительный этап спортивной карьеры
2. помощь спортсмену в адаптации к новым требованиям и преодолении кризиса перехода к углубленной тренировке в избранном виде спорта	B. оздоровительный этап
3. помощь спортсменам в преодолении кризисов перехода в спорт высших достижений, взрослый спорт и затем - в профессиональный спорт	C. этап начальной спортивной специализации
4. помощь спортсмену в преодолении кризиса перехода от кульминации к финишу спортивной карьеры, а после ухода из спорта - в переходе к новой карьере и общей адаптации к новой жизненной ситуации	D. этап кульминации спортивной карьеры
	E. этап углубленной тренировки

1-C, 2-E, 3-D, 4-A

Модуль 3. Медико-биологические аспекты подготовки спортсменов

1. Отметьте правильный ответ

Весь период индивидуального развития делят на:

- **постнатальный**
- корпоральный
- **пренатальный**
- перестальный

2. Отметьте правильный ответ

Разгибание позвоночного столба осуществляет:

- подвздошно-поясничная мышца
- лестничная мышца
- **мышца, выпрямляющая позвоночник**
- передняя зубчатая

3. Отметьте правильный ответ

Понятие «общего адаптационного синдрома» введено:

- **Гансом Селье**
- Клодом Бернаром
- Иваном Петровичем Павловым
- Иваном Михайловичем Сеченовым

4. Отметьте правильный ответ

Ответная реакция мышцы на раздражение, протекающая с участием нервной системы называется:

- сокращение
- утомление
- стресс
- **рефлекс**

5. Отметьте правильный ответ

Дайте соответствующее определение понятию дезадаптация

 возврат функций к условной норме после прекращения действия на организм факторов

 нарушение адаптивных реакций

 повторное приспособление организма спортсмена к обычным условиям жизни

 совокупность физиологических реакций, обеспечивающих приспособление строения и функции организма или его органа к изменению окружающей среды

6. Отметьте правильный ответ

Критерии оценки биологического возраста

 морфологические

 конституционные

 физические

 биомеханические

7. Отметьте правильный ответ

Основные закономерности онтогенеза:

 биологичность, цикличность, обратимость

 эволюционность, инволюционность

 цикличность, постепенность, необратимость

 пубертатность, половозрелость

8. Отметьте правильный ответ

В состав волокон скелетной мышцы входят нити:

 актина и эластина

 актина и фибрина

 актина и миозина

 актина и сакромера

9. Отметьте правильный ответ

Снижение чувствительности сенсорной системы к постоянно действующему раздражителю называется:

 адаптация

 акселерация

 устойчивость

 успешность

10. Установите соответствие

Соответствие отделов сердца сосудам, приносящих в них кровь:

правое предсердие Выберите...

левое предсердие Выберите...

Правильный ответ: правое предсердие → нижняя полая вена, левое предсердие → легочные вены

Перечень вопросов, выносимых на итоговую аттестацию

1. Планирование и контроль тренировочного процесса в годичном цикле подготовки (с учетом уровня спортивной квалификации) в гиревом спорте.
2. Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в организациях дополнительного образования, в том числе определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки в гиревом спорте.
3. Планирование и построение спортивной тренировки: содержание и структура тренировочных нагрузок при подготовке спортсменов в гиревом спорте.
4. Виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта «гиревой спорт».
5. Построение тренировочного процесса на основе реализации концепции блоковой периодизации (Ю.В. Верхошанский, В.Б. Иссурин).
6. Структура, содержание и соотношение тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки (М.А. Годик, О.П. Базилевич, Е.Д. Нистратов, К.С. Дунаев).
7. Управление тренировочным процессом, как целенаправленная система педагогических воздействий на спортсмена.
8. Научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в гиревом спорте.
9. Организация спортивной ориентации: стадия подготовки решения о выборе гиревого спорта для углубленных занятий; стадия целенаправленной и многосторонней связи спортсмена в сфере спорта высших достижений.
10. Соревнования в системе подготовки спортсменов. Виды и содержание соревновательной деятельности с учетом этапа подготовки.
11. Организация работы по предотвращению применения допинга в гиревом спорте. Меры предотвращения допинга в спорте и борьбы с ним. Алгоритм допинг-контроля во время соревнований и во внесоревновательный период. Алгоритм действий спортсмена при неблагоприятном результате допинг-пробы.
12. Законодательство РФ по противодействию применения допинга. Требования, правила и стандарты в области антидопинга. Всемирный антидопинговый кодекс. Международные антидопинговые правила и стандарты. Виды ответственности и санкции за нарушение антидопинговых правил.
13. Понятие личности и личностных качеств. Возрастные особенности развития личности спортсмена.
14. Особенности мотивации к занятиям физической культурой и спортом на разных этапах спортивной подготовки.
15. Индивидуально-психологические особенности спортсмена. Индивидуальный стиль деятельности спортсмена и факторы его обусловливающие.
16. Психорегуляция психических состояний в спорте.
17. Воспитание в спорте как способ психолого-педагогической помощи тренера спортсмену. Педагогические технологии воспитания и развития личностных качеств; формирование и развитие самооценки и самоконтроля; формирование и сохранение спортивной мотивации в различные периоды.
18. Воспитание личности в коллективе: патриотическое воспитание; воспитание морально-этических ценностей спортивной конкуренции и формирование нравственного сознания и мотивов деятельности, согласующихся с идеалами высокой морали. Особенности управления спортивным коллективом.
19. Общение и межличностные отношения участников деятельности в сфере физической культуры и спорта
20. Технологии эффективного общения тренера со спортсменами. Организация общения с родителями. Конфликты и управление ими.
21. Анатомо-физиологические особенности развития, функциональной подготовленности и физической работоспособности спортсменов на разных этапах спортивной подготовки

22. Мониторинг (контроль) функционального состояния организма в тренировочном процессе.

23. Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на разных этапах. Медицинские, медико-биологические, психо-физиологические требования и возрастные нормы занимающихся.

24. Здоровьесбережение спортсменов. Обеспечение спортсменов лекарственными препаратами. Обеспечение спортсменов специализированными пищевыми продуктами.

25. Мероприятия по восстановлению работоспособности спортсменов после физических нагрузок. Содержание и последовательность восстановительных мероприятий.

5. Кадровое обеспечение образовательного процесса по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте»

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами образовательной организации, 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 не менее 60 % преподавателей.

6. Разработчики дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки в гиревом спорте»

Модуль 1:

Матук Станислав Витальевич - доцент, доцент кафедры теории и методики единоборств и силовых видов спорта ФГБОУ ВО СибГУФК

(подпись)

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

(подпись)

Модуль 2:

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

(подпись)

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

(подпись)

Модуль 3:

Черапкина Лариса Петровна – доцент, канд. биол. наук, доцент кафедры естественно-научных дисциплин ФГБОУ ВО СибГУФК

(подпись)

Таламова Ирина Геннадьевна – доцент, канд. биол. наук, заведующий кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО СибГУФК

(подпись)

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации *«Современные аспекты теории и методики спортивной тренировки»* принята решением совета факультета заочного обучения и дополнительного образования протокол № 6 от 03 февраля 2026 г., утверждена проректором по учебной работе.

Арбузин Игорь Александрович,
проректор по учебной работе ФГБОУ ВО СибГУФК

(подпись)