

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики керлинга

Рабочая программа дисциплины

**СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ
СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА (СКАЛОЛАЗАНИЕ)**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы магистратуры по направлению подготовки

49.04.03 СПОРТ

Направленность (профиль):

Спорт и система подготовки спортсменов в избранном виде спорта

Квалификация:

Магистр

Форма обучения:

Очная/заочная

Санкт-Петербург, 2025

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на **1 и 2** курсе по очной форме обучения, на **1, 2 и 3** курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет (очная форма -1 и 3 семестр, заочная форма – 1, 2, 3 и 4 семестр)/экзамен (очная форма – 2 и 4 семестр; заочная форма – 5 семестр).*

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

| Наименование категории (группы) компетенций | Код и наименование компетенций |
|--|---|
| Наименование категории (группы) компетенций | Код и наименование компетенций |
| Профессиональные компетенции | |
| Рекомендуемые профессиональные компетенции выпускника | ПК-1. Способен организовывать и проводить мониторинг подготовки спортивного резерва по виду спорта (спортивной дисциплине) |
| | ПК-2. Способен выявлять перспективных спортсменов и проводить отбор для пополнения спортивного резерва спортивной сборной команды |
| | ПК-3. Способен управлять подготовкой и соревновательной деятельностью высококвалифицированных спортсменов |
| Определяемые самостоятельно образовательной организацией профессиональные компетенции выпускника | ПК-4. Способен планировать и проводить аналитические и экспериментальные исследования, направленные на поиск эффективных подходов к подготовке высококвалифицированных спортсменов |
| | ПК-5. Способен анализировать показатели подготовленности и выступлений в спортивных соревнованиях спортсменов сборных команд и разрабатывать рекомендации по улучшению методики их подготовки |
| | ПК-6. Способен осуществлять анализ результативности мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов |

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

| Код компетенции | Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения |
|-----------------|---|---|
| ПК-1. | ПК-1.1. Знает: - Формы и процедуру мониторинга подготовки спортивного резерва; критерии оценки состояния и подготовленности высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - компоненты целевой | Знания: - формы и процедуры мониторинга подготовки спортивного резерва; - критерии оценки состояния и подготовленности высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; |

| | | |
|-------|---|---|
| | <p>комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - оценивать уровень результативности подготовки спортивного резерва; - определять способность высококвалифицированных спортсменов показывать наивысшие результаты в условиях соревновательной конкуренции; - выявлять степень избыточности спортивной подготовленности, надежности и стабильности соревновательной деятельности; - планировать и разрабатывать процедуру проведения мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта.</p> <p>ПК-1.3. Имеет опыт: - организации и проведения мониторинга подготовленности спортивного резерва по виду спорта</p> | <p>- компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды.</p> <p>Умения: - оценивать уровень результативности подготовки спортивного резерва;</p> <p>- определять способность высококвалифицированных спортсменов показывать наивысшие результаты в условиях соревновательной конкуренции;</p> <p>- выявлять степень избыточности спортивной подготовленности, надежности и стабильности соревновательной деятельности;</p> <p>- планировать и разрабатывать процедуру проведения мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта.</p> <p>Навыки:</p> <p>- организации и проведения мониторинга подготовленности спортивного резерва по виду спорта.</p> |
| ПК-2. | <p>ПК-2.1. Знает: - модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов; - способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям; - способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу; - процедуру отбора в спортивную сборную команду</p> <p>ПК-2.2. Уметь: - применять адекватные методики оценки компонентов мастерства высококвалифицированных спортсменов; - выявлять степень соответствия подготовленности спортсменов модельным показателям спортивной сборной команды в избранном виде спорта; - определять перспективность спортсменов на основе учета целевых показателей цикла подготовки и показателей нагрузок.</p> <p>ПК-2.3. Имеет опыт: - применения технологий мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в виде спорта; - разработки процедуры и организации проведения отбора</p> | <p>Знания: - модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям;</p> <p>- способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу;</p> <p>- процедура отбора в спортивную сборную команду.</p> <p>Умения: - применять адекватные методики оценки компонентов мастерства высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- выявлять степень соответствия подготовленности спортсменов модельным показателям спортивной сборной команды в избранном виде спорта;</p> <p>- определять перспективность спортсменов на основе учета целевых показателей цикла подготовки и показателей нагрузок.</p> <p>Навыки: - применения технологий мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в виде спорта;</p> |

| | | |
|-------|--|--|
| | спортивного резерва в сборную команду по виду спорта. | - разработки процедуры и организации проведения отбора спортивного резерва в сборную команду по виду спорта. |
| ПК-3. | <p>ПК-3.1. Знает: - компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды; - функции и механизмы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов; - технологию планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированными спортсменами в избранном виде спорта; - приемы обеспечения результативности соревновательной деятельности.</p> <p>ПК-3.2. Умеет: - проектировать процесс подготовки с учетом целевой комплексной программы подготовки высококвалифицированных спортсменов; - определять направленность и содержание управленческих функций с учетом задач спортивной подготовки и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов; - корректировать содержание процесса подготовки и соревновательной деятельности на основе оперативной оценки состояния высококвалифицированных спортсменов и результативности.</p> <p>ПК-3.3. Имеет опыт: управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов сборной команды и участия в соревнованиях избранного вида спорта.</p> | <p>Знания:</p> <p>- компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды; - функции и механизмы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов; - технологию планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированными спортсменами в избранном виде спорта; - приемы обеспечения результативности соревновательной деятельности.</p> <p>Умения:</p> <p>- проектировать процесс подготовки с учетом целевой комплексной программы подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- определять направленность и содержание управленческих функций с учетом задач спортивной подготовки и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- корректировать содержание процесса подготовки и соревновательной деятельности на основе оперативной оценки состояния высококвалифицированных спортсменов и результативности.</p> <p>Навыки:</p> <p>управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов сборной команды и участия в соревнованиях избранного вида спорта.</p> |
| ПК-4. | ППК-4.1. Знает: - структуру и технологию аналитических исследований в спортивной педагогике; - современные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - круг проблем подготовки и выступлений в спортивных соревнованиях спортивных сборных команд, встречающийся и | <p>Знания:</p> <p>- структуру и технологию аналитических исследований в спортивной педагогике; - современные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - круг проблем подготовки и выступлений в спортивных соревнованиях спор-</p> |

| | | |
|-------|--|--|
| | <p>избранной сфере профессиональной деятельности; - принципы, формы, методы научного исследования и оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов и результативности подготовки спортсменов сборных команд; - актуальный уровень стандартных и наилучших результатов соревновательной деятельности (по виду спорта), достигнутых профессиональными спортсменами.</p> <p>ПК-4.2. Умеет: - планировать аналитические исследования, направленные на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения;</p> <p>- проводить аналитические и экспериментальные исследования с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях.</p> <p>ПК-4.3. Имеет опыт: - сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации с целью эффективного решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения;</p> <p>- анализа рефератов научных работ, научных трудов конференций, методических пособий и монографий с целью определения их актуальности практической значимости в поиске эффективных подходов к подготовке высококвалифицированных спортсменов.</p> | <p>тивных сборных команд, встречающийся и избранной сфере профессиональной деятельности; - принципы, формы, методы научного исследования и оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов и результативности подготовки спортсменов сборных команд; - актуальный уровень стандартных и наилучших результатов соревновательной деятельности (по виду спорта), достигнутых профессиональными спортсменами.</p> <p>Умения:</p> <p>- планировать аналитические исследования, направленные на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения;</p> <p>- проводить аналитические и экспериментальные исследования с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях.</p> <p>Навыки:</p> <p>- сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации с целью эффективного решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения;</p> <p>- анализа рефератов научных работ, научных трудов конференций, методических пособий и монографий с целью определения их актуальности практической значимости в поиске эффективных подходов к подготовке высококвалифицированных спортсменов.</p> |
| ПК-5. | <p>ППК-5.1. Знает: - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в избранном виде спорта; актуальный уровень стандартных и высоких результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе</p> | <p>Знания:</p> <p>- модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в избранном виде спорта;</p> |

| | | |
|-------|---|---|
| | <p>спортивных дисциплин, спортивной дисциплине), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации.</p> <p>ПК-5.2. Умеет: - критически анализировать, оценивать опыт подготовки и выступлений на соревнованиях высококвалифицированных спортсменов в аспекте актуальных проблем повышения эффективности деятельности;</p> <p>- интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности для выявления перспективных спортсменов;</p> <p>- обосновывать пути совершенствования методики подготовки спортсменов сборных команд с позиций современной теории физической культуры и спорта;</p> <p>- разрабатывать рекомендации по внедрению новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса с целью повышения эффективности подготовки в спортивных сборных командах.</p> <p>ПК-5.3. Имеет опыт: - анализа показателей подготовленности и выступлений в спортивных соревнованиях спортсменов сборных команд; - разработки рекомендации по улучшению методики их подготовки спортсменов сборных команд.</p> | <p>- актуальный уровень стандартных и высоких результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин, спортивной дисциплине), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации;</p> <p>Умения:</p> <p>- критически анализировать, оценивать опыт подготовки и выступлений на соревнованиях высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта в аспекте актуальных проблем повышения эффективности деятельности;</p> <p>- интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности для выявления перспективных спортсменов в избранном виде спорта;</p> <p>- обосновывать пути совершенствования методики подготовки спортсменов сборных команд в избранном виде спорта с позиций современной теории физической культуры и спорта;</p> <p>- разрабатывать рекомендации по внедрению новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса с целью повышения эффективности подготовки в спортивных сборных командах в избранном виде спорта;</p> <p>Навыки: - анализа показателей подготовленности и выступлений в спортивных соревнованиях спортсменов сборных команд в избранном виде спорта;</p> <p>- разработки рекомендации по улучшению методики их подготовки спортсменов сборных команд в избранном виде спорта.</p> |
| ПК-6. | <p>ПК-6.1. Знает:</p> <p>- медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов;</p> <p>- механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности;</p> | <p>Знания:</p> <p>- медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов в избранном виде спорта;</p> <p>- механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности;</p> |

| | | |
|--|---|--|
| | <p>- особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы;</p> <p>- формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>ПК-6.2. Уметь:</p> <p>– выделить медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсмена в конкретном виде спорта;</p> <p>- планировать мероприятия медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- анализировать результаты мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- формулировать рекомендации по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>ПК-6.3.</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>-оценки эффективности мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов.</p> | <p>- особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы в избранном виде спорта;</p> <p>- формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта.</p> <p>Умения:</p> <p>– выделить медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсмена в избранном виде спорта;</p> <p>- планировать мероприятия медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта;</p> <p>- анализировать результаты мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- формулировать рекомендации по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Навыки:</p> <p>- оценки эффективности мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов.</p> |
|--|---|--|

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | семестры | | | |
|---|-------------|----------|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Контактная работа преподавателей с обучающимися | 216 | 24 | 32 | 64 | 96 |
| В том числе: | | | | | |

| | | | | | | |
|---|------------------|------------|------------|------------|------------|-----|
| Занятия лекционного типа | 30 | 8 | 8 | 8 | 6 | |
| Занятия семинарского типа (семинары, методические и практические занятия) | 186 | 16 | 24 | 56 | 90 | |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) | 48 | Зачет 6 | Экз. 18 | Зачет 6 | Экз. 18 | |
| Самостоятельная работа студента | 708 | 78 | 94 | 218 | 318 | |
| Общая трудоемкость | часы | 972 | 108 | 144 | 288 | 432 |
| | зачетные единицы | 27 | 3 | 4 | 8 | 12 |

заочная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | семестры | | | | | |
|---|------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| Контактная работа преподавателей с обучающимися | 108 | 12 | 24 | 12 | 24 | 36 | |
| В том числе: | | | | | | | |
| Занятия лекционного типа | 16 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | |
| Занятия семинарского типа (семинары, методические и практические занятия) | 92 | 10 | 20 | 8 | 20 | 34 | |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен) | 25 | Зач. 4 | Зач. 4 | Зач. 4 | Зач. 4 | Экз. 9 | |
| Самостоятельная работа студента | 839 | 92 | 188 | 92 | 188 | 279 | |
| в т.ч. контрольные работы | | | | | | | |
| Общая трудоемкость | часы | 972 | 108 | 216 | 108 | 216 | 324 |
| | зачетные единицы | 27 | 3 | 6 | 3 | 6 | 9 |

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

| № п/п | Тема (раздел) | Содержание раздела | Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков |
|-------|--|--|---|
| 2. | Научно-методическое обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов в скалолазании. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Инновационные методики и технологии спортивной тренировки в скалолазании. 2. Современные подходы к моделированию тренировочного процесса в скалолазании. 3. Современные технологии учета и контроля подготовленности спортсменов, профилактики травматизма и рекреации в спорте высших достижений. 4. Пути повышения педагогического мастерства тренера по скалолазанию. | ППК-1.1. Знает: - структуру и технологию аналитических исследований в спортивной педагогике; - современные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - круг проблем подготовки и выступлений в спортивных соревнованиях спортивных сборных команд, встречающийся и избранной сфере профессиональной деятельности; - принципы, формы, методы научного исследования и оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов и результативности подготовки спортсменов сборных команд; - актуальный |

| | | | |
|----|---|--|--|
| | | | <p>уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта), достигнутых профессиональными спортсменами.</p> <p>ППК-1.2. Умеет: - планировать аналитические исследования, направленные на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения;</p> <p>- проводить аналитические и экспериментальные исследования с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях.</p> <p>ПК-1.3.Имеет опыт: - сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации с целью эффективного решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения;</p> <p>- анализа рефератов научных работ, научных трудов конференций, методических пособий и монографий с целью определения их актуальности практической значимости в поиске эффективных подходов к подготовке высококвалифицированных спортсменов.</p> |
| 2. | Подготовка спортивного резерва в скалолазании | <p>1. Физическая подготовка и особенности ее реализации на различных этапах подготовки спортивного резерва.</p> <p>2. Техничко-тактическая подготовка спортивного резерва в скалолазании.</p> <p>3. Особенности психологической подготовки спортивного резерва в скалолазании.</p> <p>4. Интегральная подготовка в скалолазании,</p> | <p>ПК-3.1. Знает: - компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды; - функции и механизмы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов; - технологию планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированными спортсменами в скалолазании; - при-</p> |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | | <p>психофизиологические особенности развития спортсменов скалолазов на различных этапах подготовки.</p> <p>5. Медико-биологические аспекты тренировки спортивного резерва в скалолазании</p> <p>6. Моделирование процесса подготовки спортивного резерва в скалолазании с учетом закономерностей возрастного и биологического развития.</p> | <p>емы обеспечения результативности соревновательной деятельности.</p> <p>ПК-3.2. Умеет: - проектировать процесс подготовки с учетом целевой комплексной программы подготовки высококвалифицированных спортсменов; - определять направленность и содержание управленческих функций с учетом задач спортивной подготовки и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов; - корректировать содержание процесса подготовки и соревновательной деятельности на основе оперативной оценки состояния высококвалифицированных спортсменов и результативности.</p> <p>ПК-3.3. Имеет опыт: управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов сборной команды и участия в соревнованиях избранного вида спорта.</p> |
| | | <p>7. Организация отбора в сборные команды по скалолазанию.</p> <p>8. Критерии отбора в сборные команды по скалолазанию.</p> <p>9. Содержание процесса формирования спортивной сборной команды по скалолазанию.</p> | <p>ПК-1.1. Знает: - Формы и процедуру мониторинга подготовки спортивного резерва; критерии оценки состояния и подготовленности высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - оценивать уровень результативности подготовки спортивного резерва; - определять способность высококвалифицированных спортсменов показывать наивысшие результаты в условиях соревновательной конкуренции; - выявлять степень избыточности спортивной подготовленности, надежности и стабильности соревновательной деятельности; - планировать и разрабатывать процедуру проведения мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта.</p> |

| | | | |
|----|--|--|--|
| | | | ПК-1.3. Имеет опыт: - организации и проведения мониторинга подготовленности спортивного резерва по виду спорта |
| 3. | Теория и методика подготовки высококвалифицированных спортсменов в скалолазании. | <p>1. Итоги выступлений сборных команд Российской Федерации по скалолазанию.</p> <p>2. План подготовки сборной команды по скалолазанию.</p> <p>3. Этапы подготовки сборной команды по скалолазанию.</p> <p>4. Тренировочные и соревновательные нагрузки профессиональных спортсменов - скалолазов в олимпийском цикле.</p> <p>5. Структура годичного цикла подготовки профессиональных спортсменов в скалолазании.</p> <p>6. Модельные характеристики соревновательной деятельности, специальной физической, технической и функциональной подготовленности в скалолазании.</p> <p>7. Техническое оснащение ледовых площадок для тренировочных занятий по скалолазанию.</p> <p>8. Система финансирования подготовки спортивного резерва в скалолазании.</p> | <p>ПК-2.1. Знает: - модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов; - способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям; - способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу; - процедуру отбора в спортивную сборную команду</p> <p>ПК-2.2. Уметь: - применять адекватные методики оценки компонентов мастерства высококвалифицированных спортсменов; - выявлять степень соответствия подготовленности спортсменов модельным показателям спортивной сборной команды в избранном виде спорта; - определять перспективность спортсменов на основе учета целевых показателей цикла подготовки и показателей нагрузок.</p> <p>ПК-2.3. Имеет опыт: - применения технологий мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в виде спорта; - разработки процедуры и организации проведения отбора спортивного резерва в сборную команду по виду спорта</p> |
| 4. | Организация подготовки высококвалифицированных спортсменов по скалолазанию. | <p>1. Научно-методическое, медико-биологическое, медицинское и антидопинговое обеспечение высококвалифицированных спортсменов по скалолазанию.</p> <p>2. Содержание и организация предсоревновательной и соревновательной подготовки высококвалифицированных спортсменов по скалолазанию.</p> | <p>ППК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов; - механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности; - особенности организации и проведения мероприятий ме- |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>3. Пути повышения эффективности соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов по скалолазанию.</p> | <p>дико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов. <p>ППК-3.2. Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выделить медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсмена в конкретном виде спорта; - планировать мероприятия медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов; - анализировать результаты мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов; - формулировать рекомендации по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов. <p>ППК-3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценки эффективности мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов. |
|--|--|---|--|

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
 ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

| № темы | Содержание лекций | Кол-во часов |
|-----------|--|--------------|
| 1 семестр | | |
| 1. | Лекция №1. Направления и темы научно-исследовательской работы в области ФКиС. Наука о спорте и теория познания. Наука как специфическая деятельность. Способы познания педагогических явлений. Соотношение понятий «спортивно-педагогическая наука» и «спортивно-педагогическая практика». | 2 |
| | Лекция №2. Методология спортивно-педагогического исследования. <ol style="list-style-type: none"> 1. Проблема, проблемная ситуация и тема исследования. 2. Как сформулировать гипотезу, выбрать объект и предмет исследования. 3. Определение цели и задач исследования. 4. Методы спортивно-педагогического исследования. | 2 |
| | Лекция № 3. Работа с литературными источниками. Тематический подбор литературы. Приемы работы с литературными источниками. Правила описания литературных источников разных видов (ГОСТ). Эксперимент в спортивно-педагогических исследованиях. Сущность, задачи, длительность и результат педагогического эксперимента. Виды спортивно-педагогического эксперимента. | 2 |
| | Лекция № 4. Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов. Роль магистерской диссертации в процессе становления профессиональной готовности выпускника вуза на современном этапе развития информационных технологий. Структура диссертации, ее квалификационные характеристики. Обоснование актуальности и научного предположения, направленного на разрешение выявленных противоречий. | 2 |
| 2 семестр | | |
| 2. | Лекция № 1. Общая характеристика развития скалолазания. Обзорная лекция. Тенденции развития современного скалолазания. Новые системы соревнований, правила оказания врачебной помощи. Изменения в стиле, технике и тактике, новые среднестатистические параметры антропометрических данных профессиональных спортсменов. Увеличение «внешней» и «внутренней» нагрузки спортсменов в процессе матчей. Вариативность прохождения трасс, высокая стабильность и надежность прохождения трасс | 2 |
| | Лекция № 2. Психологическая подготовка спортивного резерва <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности психологической подготовки спортивного резерва в скалолазании. 2. Современные подходы к формированию состояния психической готовности спортивного резерва 3. Индивидуальный подход и коррекция психологических состояний спортсмена | 2 |
| | Лекция № 3. Особенности физической и функциональной подготовки спортивного резерва в скалолазании. Характеристика физических качеств и методы их развития. Модель профессионального спортсмена. Требования к функциональным системам и | 2 |

| | | |
|----|---|---|
| | нервно-психическому складу спортсмена. Значение генетики для перспективности тренировки качеств и свойств спортсменов. Средства и методы развития двигательных качеств спортсменов в скалолазании. | |
| | Лекция № 4. Основы построения многолетней подготовки в скалолазании. 1. Особенности подготовки спортивного резерва в скалолазании с учетом закономерностей возрастного, биологического развития и тенденций развития. 2. Особенности различных видов подготовки спортивного резерва в скалолазании. | 2 |
| | 3 семестр | |
| 3. | Лекция № 1. Особенности физической и функциональной подготовки спортсменов высокой квалификации по скалолазанию. Развитие специальных физических качеств (выносливости, быстроты, стлы, ловкости) высококвалифицированных спортсменов. | 2 |
| | Лекция № 2. Особенности многолетней подготовки высококвалифицированных спортсменов по скалолазанию. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Структура годового цикла подготовки высококвалифицированных спортсменов - керлингистов. Виды и основные документы планирования, их характеристика. Оперативное планирование в спортивной подготовке. Технология разработки основных документов планирования. | 2 |
| | Лекция № 3. Особенности психологической подготовки спортсменов высокой квалификации. Факторы опосредованного воздействия на организм спортсмена в скалолазании: способность к акклиматизации, адаптации к нагрузкам, психической устойчивости и т. Д. Управление состоянием спортсмена. Саморегуляция, самонастройка состояния в тренировочном и соревновательном периоде. | 2 |
| | Лекция № 4. Тренировочные и соревновательные нагрузки высококвалифицированных спортсменов. Направленность, объём и интенсивность тренировочных нагрузок в аспекте их адекватности модельным характеристикам соревновательной нагрузки высококвалифицированных керлингистов. | 2 |
| | 4 семестр | |
| 4. | Лекция №1 Научно-методическое обеспечение спортивной сборной команды Российской Федерации по избранному виду спорта. Содержание работы по научно-методическому обеспечению подготовки высококвалифицированных спортсменов в скалолазании. Технология разработки планов подготовки высококвалифицированных спортсменов в скалолазании на основе проведения специальных научных исследований. Медико-биологическое и антидопинговое обеспечение сборной команды по избранному виду спорта. Содержание и организация медико-биологического и антидопингового контроля в подготовке высококвалифицированных спортсменов в скалолазании. Технология коррекции и индивидуализации программ подготовки высококвалифицированных спортсменов в скалолазании. | 2 |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>Лекция №2 Контроль в подготовке высококвалифицированных спортсменов. Виды контроля и их характеристика. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. Контроль состояния подготовленности спортсмена. Контроль физической подготовленности спортсмена. Контроль технической подготовленности спортсмена. Контроль тактической подготовленности спортсмена. Контроль психологической подготовленности спортсмена.</p> | 2 |
| | <p>Лекция №3 Современные подходы к оценке эффективности соревновательной деятельности в скалолазании. Особенности регистрации показателей соревновательной деятельности в различных видах скалолазания. Регистрация и оценка показателей соревновательной деятельности спортсменов. Расчет интегральных показателей соревновательной деятельности спортсменов.</p> | 2 |

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

| № темы | Содержание занятий семинарского типа | Кол-во часов |
|--------|---|--------------|
| | 1 семестр | |
| 1. | <p>Занятие №1. Направления и темы научно-исследовательской работы в области ФКиС Вопросы для обсуждения: 1. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных развитию физических качеств спортсменов различного уровня подготовленности 2. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных обучению и совершенствованию техники прохождения трасс 3. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных управлению предсоревновательной подготовкой спортсменов высших разрядов</p> | 2 |
| | <p>Занятие №2. Содержание и структура магистерской диссертации. Анализ литературных источников по исследуемой проблеме, оформление библиографического списка и таблиц Вопросы для обсуждения: 1. Архитектоника магистерской диссертации 2. Гипотеза, объект, предмет исследования в области ФКиС 3. Положения, выносимые на защиту. 4. Табличное представление количественных результатов исследования</p> <p>Анализ литературы и документальных материалов как метод научного исследования Способы подбора литературы и поиска ее в каталогах. Правила представления списка использованной литературы</p> | 2 |
| | <p>Занятие №3. Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов Вопросы для обсуждения: 1. Правила приведения ссылок в тексте диссертационной работы</p> | 2 |

| | | |
|--|--|---|
| | <p>2. Способы подбора литературы и поиска ее в каталогах</p> <p>3. Конспектирование литературных источников по исследуемой проблеме</p> <p>4. Реферирование литературных источников по исследуемой проблеме</p> | |
| | <p>Занятие №4. Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Информационные ресурсы НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург и их значение 2. Определение возможности экстраполяции полученных результатов диссертации. 3. Последовательность деятельности магистранта в процессе работы над диссертацией <p>Структура и правила оформления выпускных работ</p> | 2 |
| | <p>Занятие №5. Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Валидность и объективность контрольных испытаний 2. Тензометрия как метод научного исследования 3. Акселерометрия как метод научного исследования 4. Гониометрия как метод научного исследования | 2 |
| | <p>Занятие №6. Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Телеметрия как метод научного исследования 2. Метод опроса – его суть и назначение 3. Педагогическое наблюдение как метод научного исследования. | 2 |
| | <p>Занятие №7. Обработка и интерпретация полученных данных и формирование обобщений результатов исследования</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методы математической статистики 2. Суть и назначение методов математической статистики в обработке первичного материала 3. Логическая интерпретация полученных данных | 2 |
| | <p>Занятие №8. Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Логика экстраполяции результатов, полученных на выборке на генеральную совокупность 2. Определение возможности экстраполяции полученных результатов 3. Валидность и объективность контрольных испытаний 4. Организация педагогического эксперимента и формирование опытных групп. 5. Виды экспериментов по организации, системе доказательств 6. Достоверность различий - суть и способ ее определения | 2 |

| | | |
|---|--|---|
| | 7. Средняя ошибка среднего арифметического (m) - суть и способ ее вычисления | |
| | 2 семестр | |
| 2 | Семинар №1. Тенденции современного этапа развития скалолазания. <i>Вопросы для обсуждения</i> Итоги мировых турниров (ОИ, ЧМ, ЧЕ, WCT): 1) особенности вида спорта на различных этапах подготовки; 2) влияние ритма и темпа на эффективность двигательных действий. | 2 |
| | Семинар №2. Особенности соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации: <i>вопросы для обсуждения</i> 1) величина соревновательной нагрузки на соревнованиях в различных соревнованиях; 2) распределение нагрузок разной величины в соревновательных микроциклах; 3) индивидуализация процесса технико-тактической подготовки спортсменов. | 2 |
| | Семинар №3. Особенности технико-тактической подготовки спортивного резерва в скалолазании: Виды тактических планов прохождения трасс и подготовки спортсменов разных дисциплинах. <i>вопросы для обсуждения</i> 1) основные задачи технико-тактической подготовки; 2) средства технико-тактической подготовки; 3) методы тренировки адаптационных способностей к внешним и внутренним нагрузкам. 1) Стратегические и тактические планы на сезон, турнир, соревнования; 2) Индивидуальные, групповые и командные действия на различных этапах прохождения трасс. 3) Тактика прохождения трасс в различных дисциплинах | 2 |
| | Семинар №4. Технико-тактические действия при прохождении трассы на разных площадках Выбор тактики. Контроль эффективности действий соперников: <i>вопросы для обсуждения</i> 1) показатели результативности, стабильности, вариативности, надёжности технико-тактических приёмов на соревнованиях разного уровня; 2) адаптация спортсменов к переменным условиям; 3) методы тренировки адаптационных способностей: координационных, быстроты действия. <i>вопросы для обсуждения</i> 1) понятие о вариантах технико-тактических и тактических действий соперников в различных ситуациях; 2) модели прохождений трасс с учётом особенностей команды и спортсменов.. | 2 |
| | Семинар №5. Физиологические механизмы энергообеспечения соревновательной деятельности в скалолазании: <i>вопросы для обсуждения</i> | 2 |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>1) факторы энергетического обеспечения; 2) факторы функциональной экономизации; 3) факторы функциональной устойчивости.</p> | |
| | <p>Семинар №6. Роль сенсорных систем в действиях спортсменов: зрительной, вестибулярной, тактильной, проприоцептивной.</p> | 2 |
| | <p>Семинар №7. Психологическая подготовка спортивного резерва в скалолазании Психологическая подготовка спортсменов Психологическая адаптация к различным факторам: команде, тренеру, сопернику, зрителям. Волевые качества, развитие процессов восприятия, развитие внимания, развитие тактического мышления, развитие способности управлять своими эмоциями. Волевые качества, развитие процессов восприятия, развитие внимания, развитие тактического мышления, развитие способности управлять своими эмоциями. Закономерности адаптации к различным факторам, стадии адаптации. Особенности адаптации спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Семинар №8. Особенности технико-тактической подготовки спортивного резерва в скалолазании Виды тактических планов прохождения трасс и подготовки спортсменов разных дисциплинах вопросы для обсуждения 1) основные задачи технико-тактической подготовки; 2) средства технико-тактической подготовки; 3) методы тренировки адаптационных способностей к внешним и внутренним нагрузкам. 1) Стратегические и тактические планы на сезон, турнир, соревнования 2) Особенности командной тактики в зависимости от этапа спортивного сезона и уровня соревнований. 3) Особенности подготовки спортсменов различных дисциплин.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №9. Особенности соревновательной деятельности спортсменов-скалолазов высокой квалификации: вопросы для обсуждения 1) величина соревновательной нагрузки на соревнованиях; 2) распределение нагрузок разной величины в соревновательных микроциклах; 3) индивидуализация процесса технико-тактической подготовки скалолазов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №10. Система проведения соревнований в скалолазании Проблема судейства в скалолазании: вопросы для обсуждения 1) виды соревнований, ОИ, ЧМ, ЧЕ; 2) системы отбора участников; 3) правила судейства соревнований разного ранга. 1) специализация судей; 2) система подготовки и классификация судей; 3) требования к психофизиологии судей в скалолазании.</p> | 2 |

| | | |
|---|---|---|
| | <p>Занятие №11. Тема: Виды и точность прогнозов спортивных достижений высококвалифицированных спортсменов. Тема: Современные подходы к моделированию тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов. Инновации в техническом оснащении трасс и обеспечении тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов-керлингистов. Современное оборудование и инвентарь (его технические характеристики), необходимое для подготовки высококвалифицированных спортсменов. Модельные характеристики высококвалифицированных спортсменов в зависимости от специализации спортсменов. Модель прохождения трассы Моделирование прохождения трасс соперниками в процессе подготовки команды к ответственным соревнованиям. Сущность комплексного подхода к прогнозированию в скалолазании. Методы экспертных оценок при прогнозировании в скалолазании. Применение методов экстраполяции прогнозированию в скалолазании.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №12. Тема: Современные тренажёрные устройства, вспомогательное оборудование, используемы в процессе подготовки высококвалифицированных спортсменов. Тренажеры для развития специальных физических качеств (силы, выносливости, координационных способностей). Тренажеры для совершенствования технико-тактической подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | 3 семестр | |
| 3 | <p>Занятие №1. Тема: Тренировочные и соревновательные нагрузки высококвалифицированных спортсменов в годичном цикле подготовки. Динамика объема и интенсивности нагрузки в процессе подготовки высококвалифицированных спортсменов в годичном цикле подготовки. Особенности восстановительных мероприятий после различных нагрузок в процессе подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №2. Тема: Особенности спортивной тренировки на различных этапах подготовки высококвалифицированных спортсменов. Средства и методы тренировочной работы в подготовительном, соревновательном и переходном периодах подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №3. Специфические закономерности тренировки 1) понятие «спортивная форма»; 2) фазы развития спортивной формы - основа периодизации тренировки; 3) основные принципы спортивной тренировки.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №4. Построение спортивной тренировки в макроцикле: 1) общая структура годичной подготовки в скалолазании; 2) подготовка спортсменов в подготовительном периоде; 3) подготовка спортсменов в соревновательном периоде;</p> | 2 |

| | |
|---|---|
| 4) подготовка спортсменов в переходном периоде. | |
| <p>Занятие №5. Построение спортивной тренировки в моноциклах:</p> <p>1) типы мезоциклов и их характеристика: втягивающий мезоцикл, базовый мезоцикл, контрольно-подготовительный мезоцикл, предсоревновательный мезоцикл, соревновательный мезоцикл, восстановительный мезоцикл;</p> <p>2) характер изменения нагрузки в мезоциклах.</p> | 2 |
| <p>Занятие №6. Построение спортивной тренировки в микроциклах:</p> <p>1) типы микроциклов и их характеристика;</p> <p>2) сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленностью нагрузками;</p> <p>3) особенности построения микроциклов на нескольких занятиях в течение дня.</p> | 2 |
| <p>Занятие №7. Структура тренировочного занятия избирательной и комплексной направленности в системе подготовки спортсменов высокой квалификации:</p> <p><i>вопросы для обсуждения</i></p> <p>1) тренировочное занятие избирательной направленности;</p> <p>2) тренировочное занятие комплексной направленности;</p> <p>3) нагрузка и отдых в тренировочном занятии;</p> <p>4) эффекты тренировочных воздействий.</p> | 2 |
| <p>Занятие №8. Тема: Содержание и структура планов подготовки высококвалифицированных спортсменов по периодам годового тренировочного цикла.</p> <p>Структура и возможные варианты построения подготовительного периода в скалолазании.</p> <p>Структура и возможные варианты построения соревновательного периода в скалолазании.</p> | 2 |
| <p>Занятие №9. Тема: Технология коррекции долгосрочных планов спортивной подготовки спортсменов высокой квалификации в скалолазании на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p> <p>Индивидуализация планов подготовки на основе биохимических и медико-биологических исследований и с учетом индивидуализации переносимости тренировочных и соревновательных нагрузок. Особенности индивидуального подведения спортсменов к пику спортивной формы к важным соревнованиям.</p> | 2 |
| <p>Занятие №10. Тема: Построение программы многолетней спортивной подготовки на основе индивидуализации, учёта генетических и психофизических особенностей спортсменов.</p> <p>Технологии индивидуализации подготовки высококвалифицированных спортсменов на основе учета их способности удерживать высокий уровень спортивной формы.</p> | 2 |
| <p>Занятие №11. Особенности технико-тактической подготовки спортсменов высокой квалификации:</p> <p><i>вопросы для обсуждения</i></p> <p>1) основные задачи технико-тактической подготовки;</p> <p>2) средства технико-тактической подготовки;</p> <p>3) методы тренировки адаптационных способностей к внешним и внутренним нагрузкам.</p> | 2 |

| | | |
|--|--|---|
| | <p>Занятие №12. Виды тактических планов прохождения трас и подготовки спортсменов разных дисциплинах. 1) Стратегические и тактические планы на сезон, турнир, соревнование 2) Командная и индивидуальная тактика при прохождении трасс</p> | 2 |
| | <p>Занятие №13. Современный арсенал выполнения технико-тактических действий, которыми должны владеть высококвалифицированные спортсмены. Особенности прохождения различных трасс</p> | 2 |
| | <p>Занятие №14. Современный арсенал выполнения тактико-технических индивидуальных действий которыми должны владеть высококвалифицированные спортсмены в боулдеринге. Особенности выполнения (прыжков, хватов)</p> | 2 |
| | <p>Занятие №15. Современный арсенал выполнения тактико-технических групповых действий, которыми должны владеть высококвалифицированные спортсмены в лазании на скорость. Особенности прохождения различных трасс</p> | 2 |
| | <p>Занятие №16. Современный арсенал выполнения тактико-технических индивидуальных действий, которыми должны владеть высококвалифицированные спортсмены в лазании на трудность. Особенности выполнения (прыжков, хватов)</p> | 2 |
| | <p>Занятие №17. Современный арсенал выполнения тактико-технический командных действий, которыми должны владеть высококвалифицированные спортсмены в многоборье.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №18. Современный арсенал выполнения тактико-технический командных действий в защите, которыми должны владеть высококвалифицированные спортсмены в неолимпийских видах скалолазания. Содержание и особенности выполнения тактико-технических командных действий в защите в процессе взаимодействия спортсменов различной специализации различных соревновательных ситуациях.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №19. Технико-тактические действия на разных площадках и трассах: <i>вопросы для обсуждения</i> 1) показатели результативности, стабильности, вариативности, надёжности технико-тактических приёмов при прохождении трассы на соревнованиях разного уровня; 2) адаптация спортсменов к переменным условиям; 3) методы тренировки адаптационных способностей в различных ситуациях</p> | 2 |
| | <p>Занятие №20. Выбор индивидуальной тактики. Контроль эффективности действий соперников <i>вопросы для обсуждения</i> 1) Современный арсенал приемов 2) особенности прохождения трасс.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №21. Физиологические механизмы энергообеспечения деятельности спортсменов: <i>вопросы для обсуждения</i> 1) факторы энергетического обеспечения; 2) факторы функциональной экономизации; 3) факторы функциональной устойчивости.</p> | 2 |

| | | |
|--|--|---|
| | <p>Занятие № №22 Анализ и синтез структуры специальных компьютерных программ, которые позволяют обрабатывать и анализировать видеозаписи. <i>вопросы для обсуждения</i></p> <p>1. Показатель эффективности прохождения трассы как интегральный тактико-технический показатель подготовленности квалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие № №23. Инновационная система подготовки средств и методов для исследования соревновательной деятельности спортсменов.</p> <p>1. Использование специальных компьютерных программ для анализа эффективности соревновательной деятельности в скалолазании.</p> <p>2 Традиционный анализ соревновательной деятельности в скалолазании с учётом показателя прохождения трасс эффективности в различных тактических ситуациях против команд разного уровня.</p> <p>3. Использование инновационных средств для расширения системы категорий статистического анализа соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>4. Использование специализированных программ, как эффективного средства диагностики соревновательной деятельности спортсменов в различных дисциплинах скалолазания.</p> | 2 |
| | <p>Занятие № 24. Современные подходы к развитию выносливости высококвалифицированных спортсменов. Средства и методы развития, технология составления примерных тренировочных программ.</p> | 2 |
| | <p>Занятие № 25. Современные подходы к развитию силы, быстроты, гибкости, специальной ловкости, выносливости высококвалифицированных спортсменов. Средства и методы развития, технология составления примерных тренировочных программ.</p> | 2 |
| | <p>Занятие № 26. Современные подходы к оптимизации системы восстановления высококвалифицированных спортсменов в процессе их подготовки. Средства и методы восстановления, технология составления примерных программ восстановительных мероприятий.</p> | |
| | <p>Занятие №27. Тема: Разработка рекомендаций по совершенствованию специальной физической подготовленности высококвалифицированных спортсменов на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий. Индивидуализация тренировочных программ по оптимизации специальной физической подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №28. Тема: Разработка рекомендаций по совершенствованию технико-тактической подготовленности высококвалифицированных спортсменов На основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий. На основе специальных компьютерных программ, оценивающих эффективность их соревновательных действий.</p> | 2 |

| | | |
|---|--|---|
| | 4 семестр | |
| 4 | <p>Занятие №1. Тема: Организационные основы подготовки спортсменов</p> <p>1. Задачи организационно-педагогического обеспечения процесса подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>2. Анализ кадрового состава тренеров по скалолазанию, уровень их образования, возраста и квалификации.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №2. Тема: материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в скалолазании.</p> <p>1. Направленность разрабатываемых рекомендаций.</p> <p>2. Психолого-педагогическое обеспечение занятий.</p> <p>3. Материально-техническое обеспечение спортивных комплексов.</p> <p>4. Безопасность проведения занятий по скалолазанию.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №3. Тема: Основы безопасности при проведении тренировочного процесса в скалолазании.</p> <p>1. Факторы безопасности проведения занятий по скалолазанию.</p> <p>2. Типичные травмы, их причины и меры их предупреждения.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №4. Тема: материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в скалолазании.</p> <p>1. Виды тренажеров, используемых в тренировке спортсменов-скалолазов.</p> <p>2. Современные технические средства, используемые в тренировке спортсменов-скалолазов.</p> <p>3. Технические средства восстановления спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №5. Использование современного оборудования в тренировочном процессе спортсменов-скалолазов.</p> <p>Комплексный контроль функционального состояния организма спортсменов с использованием телеметрической системы</p> | 2 |
| | <p>Занятие №6. Тема: материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в скалолазании.</p> <p>1. Система информационно-аналитического обеспечения процессов развития спорта высших достижений.</p> <p>2. Особенности применения компьютерных информационных технологий в обучении.</p> <p>3. Компьютерная диагностика.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №7. Тема: Организационные основы подготовки спортсменов</p> <p>1. Организация управления физической культурой и спортом в России.</p> <p>2. Спортивные интересы населения как социальная основа формирования общественных объединений физкультурно-спортивной направленности.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №8. Тема: материально-техническое обеспечение тренировочного процесса в скалолазании.</p> <p>1. Общие требования, предъявляемые к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №9. Тема: Организационные основы подготовки спортсменов-скалолазов.</p> <p>Вопросы семинара:</p> | 2 |

| | |
|--|---|
| Структура управления физической культурой и спортом в ИВС в Российской Федерации. | |
| Занятие №10. Тема: Организационные основы подготовки скалолазов. 1. Особенности формирования эффективной системы информационно-аналитического обеспечения процессов развития спорта высших достижений. 2. Содержание инфраструктуры научно-технологического обеспечения подготовки сборных команд и их резерва на базе многоцелевых и специализированных по ИВС центров и мобильных групп НТО. | 2 |
| Занятие №11. Контроль в подготовке спортсменов высокой квалификации: 1) оперативный контроль, методы контроля; 2) текущий контроль, методы контроля; 3) этапный контроль, методы контроля. | 2 |
| Семинар №12. Контроль соревновательной деятельности: 1) показатели соревновательной деятельности; 2) методы регистрации показателей; 3) анализ изменений показателей соревновательной деятельности на разных этапах годичного цикла. | 2 |
| Занятие №13. Современная система селекционной работы в скалолазании: 1) методика и организация поэтапного отбора; 2) этапы ежегодного отбора и отбора в сборные команды; 3) критерии отбора в сборные команды. | 2 |
| Занятие №14. Особенности спортивной подготовки спортсменов 1. Особенности подготовки спортивных сборных команд по скалолазанию в спортивных школах, спортивных школах олимпийского резерва, детско-юношеских спортивных школах, специализированных детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва, региональных центрах спортивной подготовки, центрах олимпийской подготовки, училищах олимпийского резерва. | 2 |
| Занятие №15. Особенности спортивной подготовки спортсменов Особенности реализации различных задач в рамках обеспечения подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации в различных спортивных учреждениях. | 2 |
| Занятие №16. Особенности спортивной подготовки спортсменов Методическое, материально-техническое, медицинское и научно-методическое обеспечение при организации спортивной подготовки спортсменов. | 2 |
| Занятие №17. Особенности спортивной подготовки спортсменов 1. Непрерывный процесс подготовки спортивного резерва в скалолазании. 2. Пути реализации программ спортивной подготовки с последовательным переводом спортсменов с одного этапа спортивной | 2 |

| | |
|---|---|
| подготовки на другой, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта. | |
| Занятие №18. Особенности спортивной подготовки спортсменов. 1. Процесс построения спортивной подготовки сборной команды на этапе совершенствования спортивного мастерства в скалолазании. 2. Целостность тренировочного процесса. | 2 |
| Занятие №19. Содержание, структура, цели и функции инновационной деятельности в подготовке спортсменов. Анализ инновационной деятельности в подготовке спортсменов. | 2 |
| Занятие №20. Классификация инноваций по целевому признаку. Организационно-педагогические инновации: интегративные связи между наукой, педагогической технологией, информационным и ресурсным обеспечением учебно-тренировочного процесса. Интеграция как способ повышения гибкости и мобильности образовательных и спортивных технологий. Технологические инновации: внедрение в практику передовых обучающих технологий, видов контроля, мониторинга. | 2 |
| Занятие №21. Организационные основы подготовки спортсменов 1. Понятие физкультурно-спортивной организации. 2. Типология спортивных организаций. | 2 |
| Занятие №22. Организационные основы подготовки спортсменов 1. Нормативно-правовые основы создания и функционирования спортивной организации. 2. Основные типы организационных структур спортивных организаций. | 2 |
| Занятие №23. Организационные основы подготовки спортсменов. Организационно-управленческий процесс построения спортивной подготовки по этапам и периодам спортивной подготовки на основе программы спортивной подготовки. | 2 |
| Занятие №24. Организационные основы подготовки спортсменов. Система отбора, представляющая собой процесс, направленный на выявление перспективности спортсменов, выраженных в спортивной подготовленности и выявлении индивидуальных возможностей достижения наивысших результатов в скалолазании. | 2 |
| Занятие №25. Организационные основы подготовки спортсменов. Соревновательный процесс, учитывающий организацию и проведение спортивных соревнований, и участие в них спортсменов в соответствии с планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, формируемым организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календар- | 2 |

| | | |
|--|--|---|
| | ных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий муниципальных образований. | |
| | <p>Занятие №26. Организационные основы подготовки спортсменов.</p> <p>Педагогический процесс, под которым, понимается процесс непосредственной реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта, либо педагогическое сопровождение программ спортивной подготовки, и направленный на 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.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №27. Организационные основы подготовки спортсменов</p> <p>Процесс научно-методического сопровождения, под которым понимается комплекс мер по анализу, корректировке и повышению эффективности спортивной подготовки.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №28. Медико-биологические аспекты подготовки квалифицированных спортсменов</p> <p>1. Процесс медико-биологического сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - медицинское обеспечение; - восстановительные; - реабилитационные мероприятия. <p>2. Спортивное питание (возмещение энергозатрат, фармакологическое обеспечение).</p> | 2 |
| | <p>Занятие №29. Организационные основы подготовки спортсменов</p> <p>Процесс ресурсного обеспечения, под которым понимается организация и планирование материально-технического обеспечения спортивной подготовки, обеспечение квалифицированными кадрами, своевременного и необходимого финансирования реализации программы спортивной подготовки.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №30. Организационные основы подготовки спортсменов</p> <p>1. Применение информационно-компьютерных технологий в подготовке высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>2. Применение данных навыков в практической работе.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №31. Тема: Анализ эффективности проведения комплексного контроля за уровнем подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Педагогический контроль в скалолазании, медико-биологический контроль в скалолазании, контроль за психологическим состоянием спортсменов, биохимический контроль состояния спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №32. Тема: Составление индивидуальных планов спортивной подготовки спортсменов и учащихся, находящихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>Технология составления индивидуальных планов кёрлингистов на этапе спортивного совершенствования.</p> | 2 |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>Занятие №33. Контроль соревновательной деятельности в подготовке спортсменов высокой квалификации. Основные направления использования инновационных технологий для контроля соревновательной деятельности. Показатели соревновательной деятельности. Анализ изменений показателей соревновательной деятельности на разных этапах годового цикла.</p> | 2 |
| | <p>Занятия №34. Видео просмотр, статистика, оценка выполнения различных действий. 1. Новые системы соревнований, 2. Использование системы электронного просмотра для получения данных об эффективности и особенностях выполнения тактико-технических действий.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №35. Особенности контроля за уровнем подготовленности высококвалифицированных спортсменов. Обоснование современных тестирующих, диагностических и восстановительных технологий, инновационных средств, методов и технологий в различных видах подготовки (теоретической, общей физической, специальной физической, технической, тактической, психологической, интегральной, соревновательной), обеспечивающих результативность соревновательной деятельности, рост спортивного мастерства спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №36. Особенности контроля за уровнем подготовленности высококвалифицированных спортсменов. 1. Виды контроля теоретической, общей физической, специальной физической, технической, тактической, психологической, интегральной, соревновательной подготовки высококвалифицированных спортсменов. 2. Комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по этапам и периодам подготовки. 3. Виды, сроки и особенности проведения контроля подготовленности высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятия №37. Биодинамическая характеристика техники выполнения соревновательных действий. Основные понятия. Кинематическая структура; динамическая структура; ритмическая структура; Анатомическая структура; фазовая структура; Вариативность и стабильность различных элементов системы движений важны для успешного освоения техники.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №38. Теоретические основы подготовки высококвалифицированных спортсменов. 1. Единство общей и специальной физической подготовки. 2. Особенности построения процесса спортивной подготовки с учетом соотношения средств и методов применения общей и специальной физической подготовки, числа проведенных занятий, индивидуальных способностей спортсмена, периода подготовки, решаемых тренировочных задач. 3. Современные подходы к проектированию и коррекции содержания процесса повышения уровня мастерства высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №39. Теоретические основы подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |

| | | |
|--|--|---|
| | <p>Непрерывность и цикличность процесса подготовки (выражается в необходимости проведения систематического процесса спортивной подготовки, одновременного внесения изменений в его содержание в зависимости от этапа подготовки, обеспечения преемственности и последовательности чередования нагрузки, в соответствии с закономерностями тренировочного процесса, с учетом многолетней непрерывности процесса спортивной подготовки).</p> | |
| | <p>Занятие №40. Система профессиональной подготовки и переподготовки специалистов в области физической культуры и спорта в России. Система повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту в России. Особенности системы повышения квалификации специалистов в скалолазании. Проведение мастер-классов, анализ творчества ведущих тренеров по скалолазанию.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №41. Современная система нормативно-правовых актов, регулирующих развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации (субъекте Российской Федерации). Проблема сертификации специалистов по скалолазанию.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №42. Организационные основы подготовки спортсменов 1. Информационное обеспечение управления развитием керлингом в России и в мире 2. Физкультурно-спортивная организация как открытая система. 3. Технология учреждения физкультурно-спортивной организации. 4. Технология лицензирования деятельности физкультурно-спортивной организации.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №43. Организационные основы подготовки спортсменов. 1. Планирование в деятельности физкультурно-спортивной организации. 2. Современные модели анализа деятельности физкультурно-спортивной организации.</p> | 2 |
| | <p>Занятие №44. Организационные основы подготовки спортсменов. Управление физической культурой и спортом: понятие и общая характеристика. Физическая культура и спорт как системный объект управления. Понятие и виды управленческой информации. Процесс управления физической культурой и спортом и его информационное обеспечение.</p> | 4 |
| | <p>Занятие №45 Организационные основы подготовки спортсменов. 1. Современная система нормативно-правовых актов, регулирующих развитие физической культуры и спорта. 2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как нормативно-правовая основа управления физической культурой и спортом.</p> | 4 |

| | | |
|--|--|--|
| | 3. Законодательство о физической культуре и спорте субъектов Российской Федерации: общая характеристика. | |
|--|--|--|

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

| № темы | Содержание лекций | Кол-во часов |
|--------|---|--------------|
| | 1 семестр | |
| 1. | <p>Лекция №1. Роль и место научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и спортсменов высшей квалификации. Инновационные подходы к оценке функционального состояния и технической подготовленности спортсменов высокой квалификации с использованием современных средств, и методов исследования. Направления и темы научно-исследовательской работы в области ФКиС</p> <p>Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов.</p> <p>Роль магистерской диссертации в процессе становления профессиональной готовности выпускника вуза на современном этапе развития информационных технологий.</p> <p>Структура диссертации, ее квалификационные характеристики. Обоснование актуальности и научного предположения, направленного на разрешение выявленных противоречий.</p> <p>На современном уровне развития спорта на интуитивном и чувственно-эмпирическом уровне управлять процессами функционального состояния систем, обуславливающих специализированную работоспособность и техническую подготовленность в спорте высших достижений, невозможно. Следовательно, для управления (целенаправленного воздействия в соответствии с принципами спортивной тренировки) подготовкой, как спортивного резерва, так и спортсменов элитного уровня, необходимо использовать арсенал средств и методов из области спортивной физиологии, спортивной биомеханики, спортивной психологии, спортивной медицины, спортивной биохимии и др. наук, при руководящем и интегрирующем началом спортивного педагога</p> | 2 |
| | 2 семестр | |
| 2. | <p>Лекция № 1. Общая характеристика развития скалолазания. Обзорная лекция.</p> <p>Особенности физической и функциональной подготовки спортивного резерва в скалолазании.</p> <p>Характеристика физических качеств и методы их развития. Модель профессионального спортсмена. Требования к функциональным системам и нервно-психическому складу спортсмена. Значение генетики для перспективности тренировки качеств и соревновательных свойств спортсменов. Средства и методы развития двигательных качеств спортсменов.</p> <p>Тенденции развития современных скалолазания. Новые системы соревнований, правила оказания врачебной помощи. Изменения в стиле, техники и тактики в скалолазании. Увеличение «внешней» и «внутренней» нагрузки спортсменов в процессе матчей. Вариативность, высокая стабильность и надежность выполнения соревновательных действий.</p> | 2 |

| | | |
|----|---|---|
| | <p>Лекция № 2. Основы построения многолетней подготовки спортсменов в скалолазании.</p> <p>1. Особенности подготовки спортивного резерва с учетом закономерностей возрастного, биологического развития и тенденций развития.</p> <p>2. Особенности различных видов подготовки спортивного резерва в скалолазании.</p> | 2 |
| | 3 семестр | |
| 3. | <p>Лекция № 1. Особенности физической и функциональной подготовки спортсменов высокой квалификации.</p> <p>Особенности многолетней подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах.</p> <p>Структура годичного цикла подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Виды и основные документы планирования, их характеристика. Оперативное планирование в спортивной подготовке.</p> <p>Технология разработки основных документов планирования.</p> <p>Развитие специальных физических качеств (выносливости, быстроты, ловкости) высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Лекция № 2. Особенности психологической подготовки спортсменов высокой квалификации.</p> <p>Факторы опосредованного воздействия на организм спортсмена в скалолазании: способность к акклиматизации, адаптации к нагрузкам, психической устойчивости и т. д.</p> <p>Управление состоянием спортсмена.</p> <p>Саморегуляция, самонастройка состояния в тренировочном и соревновательном периоде.</p> | 2 |
| | 4 семестр | |
| | <p>Лекция № 1. Тренировочные и соревновательные нагрузки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Показатель эффективности прохождения трассы как интегральный технико-тактический показатель подготовленности квалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Лекция №2. Построение спортивной тренировки в макроцикле:</p> <p>Построение спортивной тренировки в мезоциклах:</p> <p>Типы мезоциклов и их характеристика: втягивающий мезоцикл, базовый мезоцикл, контрольно-подготовительный мезоцикл, предсоревновательный мезоцикл, соревновательный мезоцикл, восстановительный мезоцикл; характер изменения нагрузки в мезоциклах. Общая структура годичной подготовки спортсменов; подготовка спортсменов в подготовительном периоде; подготовка спортсменов в соревновательном периоде; подготовка спортсменов в переходном периоде.</p> | 2 |
| | 5 семестр | |
| 4. | <p>Лекция №1 Научно-методическое обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Медико-биологическое и антидопинговое обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |
| | <p>Лекция №2 Тренировочные условия и используемые спортивные базы при подготовке высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Требования к оснащению спортивных баз для подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> | 2 |

| | | |
|--|--|--|
| | Организационная структура спортивной сборной команды Российской Федерации по кёрлингу. «Институт» сборных команд страны, преемственность различных сборных как основа прогресса перспективных спортсменов. | |
|--|--|--|

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

| № темы | Содержание занятий семинарского типа | Кол-во часов |
|-----------|---|-----------------|
| | 1 семестр | |
| 1. | <p>Занятие №1. Роль и место научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и спортсменов высшей квалификации. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Уровни научных знаний. Области наук, касающиеся проблем отрасли ФКиС 2. Научное обеспечение при работе со спортсменами высших разрядов 3. Роль научного обеспечения при отборе и при подготовке спортивного резерва и высококвалифицированных спортсменов. 4. Медико-биологическое научное обеспечение в процессе подготовки спортивного резерва и спортсменов высших разрядов. 5. Психологическое научное обеспечение при работе с высших разрядов 6. Виды научного обеспечения при работе с высококвалифицированными спортсменами. 7. Психологическое научное обеспечение в процессе подготовки спортивного резерва | 2 |
| | <p>Занятие № 2. Оценка функционального состояния спортсменов с использованием современных средств и методов исследования План семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Теппинг тест – его суть и назначение. Время реакции как метод научного исследования Реакция на движущийся объект (РДО) как метод научного исследования 2. PWC 170 – его суть и назначение 3. Степ тест– его суть и назначение 4. Пробы Штанге и Генчи – её суть и назначение 1. Ортостатическая проба – её суть и назначение 2. Методы и организация оценки функционального состояния опорно-двигательного аппарата 3. Методы и организация оценки функционального состояния кардиореспираторной системы | 2 |
| | <p>Занятие № 3. Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Роль научно-исследовательской работы студентов в становлении профессионального мастерства тренера. 2. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных развитию физических качеств спортсменов различного уровня подготовленности. 1. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных обучению и совершенствованию техники прохождения трассы | 2 |

| | | |
|---|---|---|
| | <p>3. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных управлению предсоревновательной подготовкой спортсменов высших разрядов.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Архитектоника магистерской диссертации 2. Гипотеза, объект, предмет исследования в области ФКиС <p>Педагогическое наблюдение как метод научного исследования.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психомоторика и методы регистрации ее показателей. 2. Инструментальные методики в исследованиях. 3. Миотонометрия как метод научного исследования. | |
| | <p>Занятие №4. Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Валидность и объективность контрольных испытаний 2. Тензометрия как метод научного исследования 3. Акселерометрия как метод научного исследования 4. Гониометрия как метод научного исследования 4. Телеметрия как метод научного исследования 5. Теппинг тест – его суть и назначение 7. Организация педагогического эксперимента и формирование опытных групп. 8. Виды экспериментов по организации, системе доказательств <p>Суть и назначение методов математической статистики в обработке первичного материала</p> <p>Логическая интерпретация полученных данных</p> | 2 |
| | <p>Занятие № 5. Система многолетней подготовки спортсмена в контексте результатов современных научных исследований</p> <p>Вопросы семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Современное представление о построении тренировки на этапе высшего спортивного мастерства 2. Современное представление о построении тренировки на этапе завершения спортивной карьеры 3. Теория спортивной тренировки как научно-обоснованная теория физического воспитания 1. Теория спортивной тренировки как научно-обоснованная теория двигательной рекреации 2. Теория спортивной тренировки как научно-обоснованная теория двигательной реабилитации 3. Периодизация тренировки спортсменов в годичном цикле на различных ступенях спортивной иерархии в скалолазании. 4. Трансформация целей и задач тренировочного процесса в спортивной карьере спортсменов. | 2 |
| | 2 семестр | |
| 2 | <p>Семинар №1-2. Особенности соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации:</p> <p><i>вопросы для обсуждения</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) величина соревновательной нагрузки в различных соревнованиях; 2) распределение нагрузок разной величины в соревновательных микроциклах; 3) индивидуализация процесса технико-тактической подготовки спортсменов. | 4 |

| | | |
|----|---|---|
| | Семинар № 3-4. Физиологические механизмы энергообеспечения соревновательной деятельности: <i>вопросы для обсуждения</i> 1) факторы энергетического обеспечения; 2) факторы функциональной экономизации; 3) факторы функциональной устойчивости. | 4 |
| | Семинар №5-6 . Тема семинара: Современные тренажёрные устройства, вспомогательное оборудование в подготовке высококвалифицированных спортсменов. Специальные тренажеры для физической и технической подготовки высококвалифицированных спортсменов. | 4 |
| | Семинар № 7-8. Психологическая подготовка спортивного резерва в скалолазании Волевые качества, развитие процессов восприятия, развитие внимания, развитие тактического мышления, развитие способности управлять своими эмоциями. | 4 |
| | Семинар № 9-10. Особенности технико-тактической подготовки спортивного резерва в скалолазании: <i>вопросы для обсуждения</i> 1) основные задачи технико-тактической подготовки; 2) средства технико-тактической подготовки; 3) методы тренировки адаптационных способностей к внешним и внутренним нагрузкам. | 4 |
| | 3 семестр | |
| 3. | Занятие №1 Тенденции современного этапа развития скалолазания. <i>вопросы для обсуждения</i> Итоги мировых турниров (ЧЧЕ, ОИ, ЧМ): 1) особенности прохождения трасс различных этапах подготовки; 2) влияние ритма и темпа на эффективность двигательных действий. | 2 |
| | Занятие №2. Система проведения соревнований в скалолазании: <i>вопросы для обсуждения</i> 1) виды соревнований, ОИ, ЧМ, МЛ; 2) системы отбора участников; 3) правила судейства соревнований разного ранга. | 2 |
| | Занятие №3. Проблема судейства скалолазания в мировом и отечественном спорте: <i>вопросы для обсуждения</i> 1) специализация судей; 2) система подготовки и классификация судей; 3) требования к психофизиологии судей по скалолазанию. | 2 |
| | Занятие №4. Тема семинара: Инновации в техническом оснащении залов и обеспечении процесса подготовки высококвалифицированных спортсменов. Современные покрытия площадок для занятий керлингом, оборудование лучших мировых производителей. | 2 |
| | 4 семестр | |
| | Занятие №1. Современный арсенал выполнения технико-тактических действий в ситуациях тактической защиты и тактического нападения, которыми должны владеть высококвалифицированные спортсмены в боулдеринге. Содержание и особенности выполнения технико-тактических действий спортсменами в различных ситуациях в защите и нападении. | 2 |
| | Занятие №2. Современный арсенал выполнения технико-тактических командных действий в нападении, которыми должны владеть высококвалифицированные спортсмены в многоборье | 2 |

| | |
|--|---|
| Занятие №3. Современный арсенал выполнения технико-тактических командных действий в защите, которыми должны владеть высококвалифицированные спортсмены в лазании на трудность, скорость. | 2 |
| Занятие № 4. Современные подходы к развитию выносливости высококвалифицированных спортсменов. Средства и методы развития, технология составления примерных тренировочных программ. | 2 |
| Занятие № 5. Современные подходы к развитию силы высококвалифицированных спортсменов. Средства и методы развития, технология составления примерных тренировочных программ. | 2 |
| Занятие № 6. Современные подходы к развитию быстроты высококвалифицированных спортсменов. Средства и методы развития, технология составления примерных тренировочных программ. | 2 |
| Занятие № 7. Современные подходы к развитию специальной ловкости высококвалифицированных спортсменов. Средства и методы развития, технология составления примерных тренировочных программ. | 2 |
| Занятие № 8. Современные подходы к развитию гибкости высококвалифицированных спортсменов. Средства и методы развития, технология составления примерных тренировочных программ. | 2 |
| Занятие № 9. Современные подходы к развитию двигательных качеств высококвалифицированных спортсменов. Средства и методы развития, технология составления примерных тренировочных программ. | 2 |
| Занятие № 10. Современные подходы к оптимизации системы восстановления высококвалифицированных спортсменов в процессе их подготовки. Средства и методы восстановления, технология составления примерных программ восстановительных мероприятий. | 2 |
| 5 семестр | |
| Занятие №1-2. Организационные основы подготовки высококвалифицированных спортсменов. Вопросы семинара: 1. Задачи организационно-педагогического обеспечения занятий. 2. Система повышения квалификации специалистов по избранному виду спорта. 3. Организационные формы централизованной подготовки в избранном виде спорта. 4. Направленность разрабатываемых рекомендаций. 5. Психолого-педагогическое обеспечение занятий. 6. Материально-техническое обеспечение спортивных комплексов по избранному виду спорта. 7. Безопасность проведения занятий избранного вида спорта. | 2 |
| Занятие №3-4. Организационные основы подготовки высококвалифицированных спортсменов. Вопросы семинара: 1. Факторы безопасности проведения занятий избранного вида спорта. 2. Типичные травмы, их причины и меры их предупреждения. 3. Виды тренажеров используемых в тренировке спортсменов. 4. Современные технические средства, используемые в тренировке спортсменов. 5. Технические средства восстановления спортсменов. | 2 |

| | | |
|--|---|---|
| | 6. Комплексный контроль функционального состояния организма спортсменов с использованием телеметрической системы | |
| | <p>Занятие №5-6 Организационные основы подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Система информационно-аналитического обеспечения процессов развития спорта высших достижений. 2. Особенности применения компьютерных информационных технологий в обучении. Компьютерная диагностика. 3. Организация управления физической культурой и спортом в России. 4. Спортивные интересы населения как социальная основа формирования общественных объединений физкультурно-спортивной направленности. 5. Общие требования, предъявляемые к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку. 6. Особенности формирования эффективной системы информационно-аналитического обеспечения процессов развития спорта высших достижений. 7. Содержание инфраструктуры научно-технологического обеспечения подготовки сборных команд и их резерва на базе многоцелевых и специализированных по ИВС центров и мобильных групп НТО. | 2 |
| | <p>Занятие №7-8. Контроль соревновательной деятельности:</p> <p>вопросы для обсуждения</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) показатели соревновательной деятельности; 2) методы регистрации показателей; 3) анализ изменений показателей соревновательной деятельности на разных этапах годичного цикла. | 2 |
| | <p>Занятие №9-10 Система селекционной работы в скалолазании:</p> <p>вопросы для обсуждения</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) методика и организация поэтапного отбора; 2) этапы ежегодного отбора и отбора в сборные команды; 3) критерии отбора в сборные команды. | 2 |
| | <p>Занятие №11-12. Теоретические основы подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Единство общей и специальной физической подготовки. 2) Особенности построения процесса спортивной подготовки с учетом соотношения средств и методов применения общей и специальной физической подготовки, числа проведенных занятий, индивидуальных способностей спортсмена, периода подготовки, решаемых тренировочных задач. 3) Современные подходы к проектированию и коррекции содержания процесса повышения уровня мастерства высококвалифицированных спортсменов. | 2 |
| | <p>Занятие №7. Теоретические основы подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> | 2 |

| | | |
|--|---|---|
| | Непрерывность и цикличность процесса подготовки (выражается в необходимости проведения систематического процесса спортивной подготовки, одновременного внесения изменений в его содержание в зависимости от этапа подготовки, обеспечения преемственности и последовательности чередования нагрузки, в соответствии с закономерностями тренировочного процесса, с учетом многолетней непрерывности процесса спортивной подготовки). | |
| | Занятие №13. Система профессиональной подготовки специалистов в области физической культуры и спорта в России. Система повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту в России. Особенности системы повышения квалификации специалистов в скалолазании. Проведение мастер-классов, анализ творчества ведущих тренеров по скалолазанию. | 2 |
| | Занятие №14. Современная система нормативно-правовых актов, регулирующих развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации (субъекте Российской Федерации). Проблема сертификации специалистов по скалолазанию. | |
| | Занятие №15. Организационные основы подготовки спортсменов Вопросы для обсуждения: 1. Информационное обеспечение управления развитием керлингом в России и в мире 2. Физкультурно-спортивная организация как открытая система. | 2 |
| | Занятие № 16 Организационные основы подготовки спортсменов Вопросы для обсуждения: 1. Технология учреждения физкультурно-спортивной организации. 2. Технология лицензирования деятельности физкультурно-спортивной организации. | 2 |
| | Занятие № 17. Организационные основы подготовки спортсменов. Вопросы для обсуждения: 1. Планирование в деятельности физкультурно-спортивной организации. 2. Современные модели анализа деятельности физкультурно-спортивной организации. | 2 |

5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для прохождения практики:

Основная литература:

1. Андреев, В.В. Подготовка высококвалифицированных спортсменов: психологический аспект : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.04.01 "Физическая культура" / В.В. Андреев, С.И. Петров, Р.Н. Апойко ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2015. — 158 с.

2. Бабушкин, Г. Д. Предсоревновательная подготовка спортсменов высокой квалификации : учебное пособие для вузов / Г. Д. Бабушкин, В. А. Бобровский. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 136 с. — ISBN 978-5-507-47754-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/415052>.

3. Кауров, В.О. История возникновения, эволюция и классификация скалолазания и альпинизма : учебное пособие / В.О. Кауров, Ю.А. Скачков, О.В. Губова ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2025. — Электрон. дан. (1 файл) : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. — Библиогр.: с. 86–91. — Текст : электронный.
4. Кауров, В.О. Теория и методика избранного вида спорта (скалолазание) : учебное пособие Ч. 1 / В.О. Кауров, Ю.А. Скачков ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — Электрон. дан. (1 файл). — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. — Библиогр.: с. 145–146. — Б. ц. — Текст : электронный.
5. Олейник, Е.А. Модельные характеристики высококвалифицированных спортсменов в избранных видах спорта : учебное пособие для обучающихся по направлению подготовки 49.04.03 Спорт / Е.А. Олейник ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2024. — 106 с.
6. Основы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов. Настольная книга тренера : [монография] / под редакцией Г. А. Макаровой. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2022. — 511 с. : ил. — Библиогр.: с. 498–511. — ISBN 978-5- 6047734-3-7.
7. Скачков, Ю.А. Теория и методика избранного вида спорта (скалолазание) : учебное пособие Ч. 2 / Ю.А. Скачков, В.О. Кауров ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2022. — Электрон. дан. (1 файл). — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. — Библиогр.: с. 147–148. — Б. ц. — Текст : электронный.
8. Федотова, Е.В. Научно-методическое обеспечение подготовки спортивного резерва : монография / Е.В. Федотова. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2023. — 479 с. : рис., схем., табл., фот. — (Настольная книга тренера). — Библиогр.: с. 461-479. — ISBN 978-5-6048665-7-3.

Дополнительная литература:

1. Иорданская, Ф.А. Мониторинг здоровья и функциональная подготовленность высококвалифицированных спортсменов в процессе учебно-тренировочной работы и соревновательной деятельности : [монография] / Ф.А. Иорданская, М.С. Юдинцева. — М. : Сов. спорт, 2006. — 183 с. : ил. — ISBN 5-9718-0161-9.
2. Исследование системы научно-методического обеспечения спортивных сборных команд России : монография / В.Д. Тимофеев, А.А. Обвинцев, Ф.Х. Зекрин, В.В. Зебзеев ; Министерство спорта Российской Федерации ; Чайковская государственная академия физической культуры и спорта ; Смоленский государственный университет спорта. — Пермь : ОТ и ДО, 2024. — 125 с. : ил. — Библиогр.: с. 115–116. — ISBN 978-5-94720-082-9.
3. Кёстермейер, Г. Спортивное скалолазание. Первое приближение / Г. Кёстермейер, В.П. Примеров. — Екатеринбург : [б. и.], 2010. — 112 с.
4. Кравчук, Т. А. Педагогический контроль и подходы к совершенствованию физической подготовленности квалифицированных скалолазов : монография / Т. А. Кравчук, А. В. Шунько, А. И. Кравчук. — Омск : СибГУФК, 2023. — 238 с. — ISBN 978-5-91930-234-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/482588>.
5. Михайлова, Д.А. Технологии освоения дисциплины "Теория и методика спорта высших достижений" : учебное пособие для вузов / Д.А. Михайлова ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта,

Санкт-Петербург. — 2-е изд., перераб. и доп. — Санкт-Петербург : Лань, 2025. — 123 с. — (Высшее образование). — Библиогр.: с. 119–121. — ISBN 978-5-8114-8903-9

6. Никитушкин, В.Г. Спорт высших достижений: теория и методика : учебное пособие / В.Г. Никитушкин, Ф.П. Суслов. — Москва : Спорт, 2018. — 318 с. — Библиогр.: с. 314-315. — ISBN 978-5-9500178-0-3.

7. Особенности психологических кризисов и способы их преодоления спортсменами различных специализаций : монография / Г.В. Сытник, С.М. Ашкинази, Вит.В. Андреев, И.А. Воронов ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; Петровская академия наук и искусств. — Москва : Издательский центр АГСПА, 2022. — 215 с. — ISBN 978-5-00166-643-1.

8. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. — М. : Советский спорт, 2005. — 820 с. : ил. — Библиогр.: с. 800-820. — ISBN 5-9718-0047-7.

9. Федотова, Е. В. Теоретические основы и практические аспекты высокоинтенсивной интервальной тренировки : монография / Е. В. Федотова, П. А. Сиделев. — Москва : Спорт-Человек, 2024. — 184 с. — ISBN 978-5-00244-246-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/424259>.

10. Чесноков, Н.Н. Управление спортивной подготовкой высококвалифицированных спортсменов : монография / Н.Н. Чесноков, В.Г. Никитушкин, А.П. Морозов ; Федеральный центр подготовки спортивного резерва, Москва. — Москва : [б. и.], 2017. — 247 с. : табл. — Библиогр.: с. 246–247. — ISBN 978-5-905395-49-9

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для прохождения практики

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <https://biblioclub.ru/>
- ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/>
- ЭБС «Руконт» <https://lib.rucont.ru/>
- Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://rusneb.ru/>
- Российская Государственная Библиотека <https://www.rsl.ru/>
- Российская Национальная Библиотека <https://nlr.ru/>
- РИНЦ https://elibrary.ru/project_risc.asp
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://elibrary.ru/>

Операционные системы: Windows 10 Pro/Windows 10 Pro for Workstations

ОС РОСА "КОБАЛЬТ" десктоп

Офисные пакеты приложений:

Office Standard 2013

Office Standard 2016

Мой офис

Браузеры:

Google Chrome

Opera

Chromium

Internet Explorer

Yandex.Browser

Safari

Архиваторы:

7zip

Программы просмотра PDF:

Adobe Acrobat Reader

Foxit Reader

Sumatra PDF

Связь:

Skype

Распознавание текста и конвертирование файлов:

Abby fine reader Professional 12

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

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

- учебная аудитория с мультимедийным оборудованием (ноутбук с необходимым программным обеспечением, проектор, экран), компьютер с доступом в интернет, видеомагнитофон, телевизор, DVD-проигрыватель.

- программное обеспечение: PowerPoint, Statgraphics,

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Авторы-разработчики:

Скачков Ю.А., канд. пед. наук;
Кауров В.О. старший преподаватель