

**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 конькобежного спорта и фигурного катания

Рабочая программа дисциплины

**СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ
СПОРТСМЕНОВ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА (ФИГУРНОЕ
КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ)**

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 и 3** курсе по заочной форме обучения.

Вид промежуточной аттестации:

- по очной форме в 1 и 3 семестрах зачет; в 2 и 4 семестрах – экзамен;
- по заочной форме в 1 и 4 семестрах зачет; в 5 семестре – экзамен.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Код и наименование профессиональных компетенций
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
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.	<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</p>	<p>Знания: - формы и процедуры 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>Умения: - оценивать уровень результативности подготовки спортивного резерва; - определять способность высококвалифицированных спортсменов показывать наивысшие</p>

	<p>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>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>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 спортивного резерва в сборную команду по виду спорта.</p>	<p>Знания: - модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов; - способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям; - способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу; - процедура отбора в спортивную сборную команду.</p> <p>Умения: - 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>Навыки: - применения технологий мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в виде спорта; - разработки процедуры и организации проведения отбора спортивного резерва в сборную команду по виду спорта.</p>
ПК-3.	ПК-3.1. Знает: - компоненты целевой комплексной программы	Знания:

	<p>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>- 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> <ul style="list-style-type: none"> - 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>Навыки:</p> <p>управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов сборной команды и участия в соревнованиях избранного вида спорта.</p>
ПК-4.	<p>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,</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> -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

	<p>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 рекордных 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; - 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> <ul style="list-style-type: none"> - выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения; - 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>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 рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта), достигнутых профессиональными спортсменами.</p> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать аналитические исследования, направленные на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения; - проводить аналитические и экспериментальные исследования с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях. <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации с целью эффективного решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов; - выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения; - 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>	<p>ППК-5.1. Знает: - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в избранном виде спорта; актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе 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; - интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности для выявления перспективных спортсменов; - обосновывать пути совершенствования методики подготовки спортсменов сборных команд с позиций современной теории физической культуры и спорта; - 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>Знания:</p> <p>- модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в избранном виде спорта; - актуальный уровень стандартных и рекордных 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; - интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности для выявления перспективных спортсменов в избранном виде спорта; - обосновывать пути совершенствования методики подготовки спортсменов сборных команд в избранном виде спорта с позиций современной теории физической культуры и спорта; - 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; - разработки рекомендации по улучшению методики их подготовки спортсменов сборных команд в избранном виде спорта.</p>
--------------	--	--

<p>ПК-6.</p>	<p>ПК-6.1. 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 медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы; - формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов. <p>ПК-6.2. 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>ПК-6.3.</p> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценки эффективности мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения 	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов в избранном виде спорта; - механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности; - особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы в избранном виде спорта; - формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта. <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выделить медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсмена в избранном виде спорта; - планировать мероприятия медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - 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>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценки эффективности мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового
--------------	--	--

	высококвалифицированных спортсменов.	сопровождения высококвалифицированных спортсменов.
--	--------------------------------------	--

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	214	24	32	64	96	
В том числе:						
Занятия лекционного типа	30	8	8	8	6	
Занятия семинарского типа (семинары, методические и практические занятия)	192	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

№ темы	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Научно-методическое обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов в фигурном	Инновационные методики и технологии спортивной тренировки в фигурном катании Современные подходы к прогнозированию, моделированию и программированию тренировочного процесса	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

	катании	<p>фигуристов высокой квалификации</p> <p>Современные технологии учета и контроля подготовленности фигуристов профилактики травматизма и рекреации в спорте высших достижений.</p>	<p>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 рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта), достигнутых профессиональными спортсменами.</p> <p>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>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 фигурном катании	<p>Итоги выступления сборной команды России по фигурному катанию в прошедшем сезоне.</p> <p>Актуальные проблемы развития фигурного катания на современном этапе.</p>	<p>Знает: - формы и процедуру мониторинга подготовки спортивного резерва; критерии оценки состояния и подготовленности высококвалифицированных спортсменок в избранном виде спорта;</p> <p>- компоненты целевой комплексной</p>

		<p>Прогнозирование результатов видах фигурного катания.</p> <p>Современное материально-техническое обеспечение (современный инвентарь и экипировка, тренажеры в подготовке фигуристов высокой квалификации)</p> <p>Модельные характеристики современных спортивных программ фигуристов высокой квалификации</p> <p>Современные положения и требования к организации и проведению соревнований высокого уровня</p> <p>Характеристика процесса подготовки фигуристов высокой квалификации</p>	<p>программы подготовки спортсменов сборной команды.</p> <p>Знает: - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в ИВС(фигурном катании); актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности по виду спорта,, достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации.</p> <p>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. ППК-2.2. 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>Имеет опыт: - организации и проведения мониторинга подготовленности спортивного резерва по виду спорта</p> <p>Имеет опыт: - анализа показателей подготовленности и выступлений в спортивных соревнованиях спортсменов сборных команд; - разработки рекомендации по улучшению методики их подготовки спортсменов сборных команд</p>
3	Теория и методика подготовки фигуристов высокой квалификации	<p>Модельные характеристики технической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства</p> <p>Модельные характеристики физической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Модельные характеристики хореографической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Модельные характеристики психологической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Модельные характеристики тактической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Современные аспекты интегральной подготовки фигуристов высокой квалификации</p> <p>4.Тренировочные и соревновательные нагрузки фигуристов высокой квалификации</p>	<p>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>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>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>

		<p>5. Модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности фигуристов высокой квалификации способы оценки соответствия им.</p> <p>Критерии отбора фигуристов высокой квалификации</p> <p>Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов</p>	
4	Управление подготовкой фигуристов высокой квалификации	<p>Технология управления тренировочным процессом фигуристов высокой квалификации в сборной команде по фигурному катанию</p> <p>Модельные характеристики соревновательной деятельности, уровня подготовленности и методику их определения по основным аспектам подготовки фигуристов.</p> <p>Технология планирования и контроля подготовки фигуристов высокой квалификации в сборной команде России</p> <p>Эффективные пути определения уровня подготовленности фигуриста на каждом этапе подготовки</p> <p>Содержание и организация предсоревновательной и соревновательной подготовки фигуристов высокой квалификации</p> <p>Медико-биологическое, медицинское и антидопинговое обеспечение сборной команды России по фигурному катанию</p> <p>Медико-биологические показатели, характеризующие</p>	<p>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>Умеет:</p> <p>- 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>Имеет опыт: управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов сборной команды и</p>

		<p>подготовленность спортсменов</p> <p>10. Особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки сборной команды по фигурному катанию</p>	<p>участия в соревнованиях избранного вида спорта.</p> <p>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 медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной про
--	--	---	--

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ темы	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Подготовка спортивного резерва в фигурном катании	<p>Итоги выступления сборной команды России по фигурному катанию в прошедшем сезоне. Актуальные проблемы развития фигурного катания на современном этапе. Прогнозирование результатов видах фигурного катания.</p> <p>Современное материально-техническое обеспечение (современный инвентарь и экипировка, тренажеры в подготовке фигуристов высокой квалификации)</p> <p>Модельные характеристики современных спортивных программ фигуристов высокой квалификации</p> <p>Современные положения и требования к организации и проведению соревнований высокого уровня</p>	<p>ПК-1.1. Знает: - формы и процедуру мониторинга подготовки спортивного резерва; критерии оценки состояния и подготовленности высококвалифицированных спортсменок в избранном виде спорта;</p> <p>- компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды.</p> <p>ППК-2.1. Знает: - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в ИВС(фигурном катании); актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности по виду спорта,, достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - оценивать уровень результативности подготовки спортивного резерва; - определять</p>

		<p>Характеристика процесса подготовки фигуристов высокой квалификации</p>	<p>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. ППК-2.2. Умеет: - критически анализировать, оценивать опыт подготовки и выступлений на соревнованиях высококвалифицированных спортсменов в аспекте актуальных проблем повышения эффективности деятельности; - интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности для выявления перспективных спортсменов; - обосновывать пути совершенствования методики подготовки спортсменов сборных команд с позиций современной теории физической культуры и спорта; - разрабатывать рекомендации по внедрению новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса с целью повышения эффективности подготовки в спортивных сборных командах. ПК-1.3. Имеет опыт: - организации и проведения мониторинга подготовленности спортивного резерва по виду спорта ППК-2.3. Имеет опыт: - анализа показателей подготовленности и выступлений в спортивных соревнованиях спортсменов сборных команд; - разработки рекомендации по улучшению методики их подготовки спортсменов сборных команд</p>
2	<p>Научно-методическое обеспечение</p>	<p>Инновационные методики и технологии спортивной тренировки в фигурном катании</p>	<p>ППК-1.1. Знает: -структуру и технологию аналитических исследований в спортивной педагогике; - современные подходы к</p>

<p>подготовки высококвалифицированных спортсменов в фигурном катании</p>	<p>Современные подходы к прогнозированию, моделированию и программированию тренировочного процесса фигуристов высокой квалификации</p> <p>Современные технологии учета и контроля подготовленности фигуристов профилактики травматизма и рекреации в спорте высших достижений.</p>	<p>поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта), достигнутых профессиональными спортсменами. <p>ППК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать аналитические исследования, направленные на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения; - проводить аналитические и экспериментальные исследования с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях. <p>ППК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации с целью эффективного решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов; - выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения; - 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.
--	--	---

3	Теория и методика подготовки фигуристов высокой квалификации	<p>Модельные характеристики технической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства</p> <p>Модельные характеристики физической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Модельные характеристики хореографической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Модельные характеристики психологической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Модельные характеристики тактической подготовленности фигуристов высокой квалификации</p> <p>Современные аспекты интегральной подготовки фигуристов высокой квалификации</p> <p>4. Тренировочные и соревновательные нагрузки фигуристов высокой квалификации</p> <p>5. Модельные характеристики тренировочной и соревновательной деятельности фигуристов высокой квалификации</p> <p>способы оценки соответствия им.</p> <p>Критерии отбора фигуристов высокой квалификации</p> <p>Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного</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 спортсменок; - 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 спортсменок в виде спорта; - разработки процедуры и организации проведения отбора спортивного резерва в сборную команду по виду спорта</p>
---	--	--	--

		резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов	
4	Управление подготовкой фигуристов высокой квалификации	<p>Технология управления тренировочным процессом фигуристов высокой квалификации в сборной команде по фигурному катанию</p> <p>Модельные характеристики соревновательной деятельности, уровня подготовленности и методику их определения по основным аспектам подготовки фигуристов.</p> <p>Технология планирования и контроля подготовки фигуристов высокой квалификации в сборной команде России</p> <p>Эффективные пути определения уровня подготовленности фигуриста на каждом этапе подготовки</p> <p>Содержание и организация предсоревновательной и соревновательной подготовки фигуристов высокой квалификации</p> <p>Медико-биологическое, медицинское и антидопинговое обеспечение сборной команды России по фигурному катанию</p> <p>Медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов</p> <p>10. Особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки сборной команды по фигурному катанию</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 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>ППК-3.1. Знает: - медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов; - механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности; - особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового</p>

			сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной про
--	--	--	---

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ
ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

1 курс 1 семестр

очная форма обучения

№ темы	Содержание	Кол-во часов
1	Лекция 1-2 Актуальные проблемы развития фигурного катания на современном этапе. Итоги выступлений сборной команды России на соревнованиях международного масштаба. Уровень технического мастерства выдающихся фигуристов мира. Процесс подготовки фигуристов в сборной команде России. Тенденции судейства соревнований высшего ранга	4
1	Лекции 3-4 Уровень спортивных программ фигуристов высокой квалификации. Характеристики коротких и произвольных программы сильнейших фигуристов мира	4

1 курс 2 семестр

очная форма обучения

№ темы	Содержание	Кол-во часов
2	Лекция 1 Роль и место научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и спортсменов высшей квалификации. Использование в процессе подготовки фигуристов высокой квалификации арсенала 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	2
2	Лекция 2 Инновационные подходы к оценке функционального состояния и технической подготовленности фигуристов высокой квалификации с использованием современных средств и методов исследования	2
2	Лекция 3 Направления и темы научно-исследовательской работы в области ФКиС	2
2	Лекция 4 Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов. Значимость. Структура диссертации, ее квалификационные характеристики. Обоснование актуальности и научного предположения, направленного на разрешение выявленных противоречий.	2

№ темы	Содержание	Кол-во часов
3	Лекция 1 Современные аспекты технической подготовки фигуристов высокой квалификации.. Модельные характеристики мастерства фигуристов высокой квалификации, способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям; способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу	2
3	Лекция 2 Особенности методики обучения технике исполнения элементов высшей степени сложности: многооборотных прыжков каскадов 3и комбинаций прыжков (4, 3,5,3 оборота); комбинированных вращений, дорожек шагов 4 уровня сложности	2
3	Лекция 3 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ (пространственно-временные характеристики исполнения элементов разных групп в спортивных программах, , композиционное построение)	2
3	Лекция 4 Современные аспекты физической подготовки фигуристов высокой квалификации. Характеристика современных аспектов физической подготовки фигуристов высокой квалификации. Взаимосвязь и взаимозависимость физической подготовки с и другими видами подготовки. Методика развития и совершенствования физических способностей	2

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
4	Лекция 1 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации - технология планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированными спортсменами в избранном виде спорта; - приемы обеспечения результативности соревновательной деятельности.	4
4	Лекция 2 Контроль в процессе спортивной тренировки фигуристов в контексте результатов современных научных исследований. Модельные характеристики уровней подготовленности фигуристов высокой квалификации на разных этапах подготовки	2
4	Лекция 3 Медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов; - механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности; - особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной про	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА -8 зан.

1 курс 1 семестр

очная форма обучения

№ темы	<i>Содержание</i>	Кол-во часов
1	Семинар № 1 Актуальные проблемы развития фигурного катания на современном этапе. Актуальные проблемы развития фигурного катания на современном этапе (в мире, в России) как вида спорта Итоги выступления российской сборной команды по фигурному катанию в прошедшем сезоне	2
1	Семинар № 2 Материально-техническое обеспечение спорта высших достижений Современный инвентарь фигурного катания. Характеристика инвентаря в зависимости от постановки задач и исходя из уровня подготовленности фигуристов разной квалификации.	2
1	Семинар № 3 Материально-техническое обеспечение спорта высших достижений Характеристика тренажеров, применяемых в фигурном катании	2
1	Семинар № 4 Материально-техническое обеспечение спорта высших достижений Применение тренажеров в подготовке фигуристов высокой квалификации	2
	Семинар № 5 Характеристика спортивных программ фигуристов высокой квалификации Требования правил соревнований к спортивным программам фигуристов различного уровня Характеристика спортивных программ фигуристов высокого уровня подготовленности.	2
1	Семинар № 6 Характеристика спортивных программ фигуристов высокой квалификации Характеристика спортивных программ фигуристов высокого уровня подготовленности	2
1	Семинар № 7 Характеристика спортивных программ фигуристов высокой квалификации Требования правил соревнований к спортивным программам фигуристов различного уровня Характеристика спортивных программ фигуристов высокого уровня подготовленности.	2
1	Семинар № 8 Современные положения и требования к организации и проведению соревнований высокого ранга в фигурном катании Компьютерные технологии в судействе соревнований. Методика судейства соревнований. Стоимость элементов. Определение стоимости элементов при прокате программы, таблица качества исполнения элементов (GOE).	2

	(оценка качества от минус 5 до плюс 5). Уровни сложности элементов, черты для присвоения элементу уровня сложности Компоненты программы. Наказание и бонусы.	
1	Семинар № 9 Современные положения и требования к организации и проведению соревнований высокого ранга в фигурном катании Методика судейства соревнований. Стоимость элементов. Определение стоимости элементов при прокате программы, таблица качества исполнения элементов (GOE). (оценка качества от минус 5 до плюс 5). Уровни сложности элементов, черты для присвоения элементу уровня сложности Компоненты программы. Наказание и бонусы.	2
1	Семинар №10 Современные положения и требования к организации и проведению соревнований высокого ранга в фигурном катании Методика судейства соревнований. Стоимость элементов. Определение стоимости элементов при прокате программы, таблица качества исполнения элементов (GOE). (оценка качества от минус 5 до плюс 5). Уровни сложности элементов, черты для присвоения элементу уровня сложности Компоненты программы. Наказание и бонусы.	2

1 курс 2 семестр
12 зан.

очная форма обучения

№ темы	Содержание	Кол-во часов
2	Семинар №1. Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике Роль и место научных исследований в процессе обеспечения подготовки спортивного резерва и фигуристов высокой квалификации.	2
2	Семинар №2. Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике Виды научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и фигуристов высокой квалификации	2
2	Семинар №3. Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике Оценка функционального состояния и технической подготовленности фигуристов с использованием современных средств и методов исследования	2
2	Семинар № 4-5 Современные научные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки фигуристов высокой квалификации Направленность деятельности комплексной научной группы как условие реализации перспективно-прогностического подхода к подготовке фигуристов высокой квалификации Пути совершенствования процесса подготовки фигуристов высокой квалификации	4
2	Семинар № 6 -7 Проблематика научных исследований в аспекте подготовки и выступлений в соревнованиях спортивных сборных команд в фигурном катании с учетом существующих модельных показателей Информационные ресурсы НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург и их значение в определении проблематики исследования. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных процессу подготовки фигуристов высокой квалификации (обучение и совершенствование элементов высшей степени сложности, повышение уровня технической, физической, хореографической подготовленности, управление	4

	подготовкой. Последовательность деятельности магистранта в процессе работы над диссертацией	
2	Семинар № 8 Планирование аналитического исследования, направленного на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки фигуристов высокой квалификации и путей их решения. Характеристика магистерской диссертации Объект, предмет и гипотеза исследования в области ФКиС. Положения, выносимые на защиту Организация исследования.	2
2	Семинар № 9 Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Анализ литературы и документальных материалов как метод научного исследования. Способы подбора литературы и поиска ее в каталогах Правила представления списка использованной литературы. Табличное представление количественных результатов исследования	2
2	Семинар №10. Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Способы подбора литературы и поиска ее в каталогах. Конспектирование литературных источников по исследуемой проблеме. Реферирование литературных источников по исследуемой проблеме	2
2	Семинар №11 .Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Характеристика методов исследования в процессе подготовки фигуристов высокой квалификации	2
2	Занятие №12 . Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Характеристика методов исследования в процессе подготовки фигуристов высокой квалификации	2
2	Занятие №13 .Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Методы исследования	2
2	Семинар №14 Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Педагогический эксперимент и его организация	2
2	Семинар №15 . Разработка практических рекомендаций по оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов, на основе данных сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации Математическая статистика как научный метод анализа и интерпретации результатов исследований Валидность и объективность контрольных испытаний	2

2	Семинар №16. Разработка практических рекомендаций по оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов на основе данных сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации Характеристика магистерской диссертации, основные положения, методы исследования в процессе подготовки фигуристов высокой квалификации	2
3	Семинар № 17 Эффективные пути решения современных научных проблем по оптимизации подготовки фигуристов высокой квалификации Система многолетней подготовки спортсмена в контексте результатов современных научных исследований Современное представление о построении тренировки на этапе высшего спортивного мастерства	2
3	Семинар №18 -19 Эффективные пути решения современных научных проблем по оптимизации подготовки фигуристов высокой квалификации Методика построения тренировочного макроцикла для фигуристов высокой квалификации Типы и структура тренировочных циклов в подготовке фигуристов высокой квалификации Методика планирования тренировочных циклов. Характеристика соотношения основных средств тренировки по периодам подготовки	4
3	Семинар №-20 Эффективные пути решения современных научных проблем по оптимизации подготовки фигуристов высокой квалификации Периодизация тренировочного процесса в фигурном катании у фигуристов разной квалификации	2

2 курс 3 семестр
28 зан.

очная форма обучения

№ темы	Содержание	Кол-во часов
3	Семинар № 1 Современные аспекты технической подготовки фигуристов высокой квалификации Системность и преемственность этапов обучения и совершенствования технике элементов фигурного катания, средства и методы	2
3	Семинар № 2 Современные аспекты технической подготовки фигуристов высокой квалификации. Основные особенности техники исполнения многооборотных прыжков каскадов и комбинаций прыжков (4, 3,5,3 оборота)	2
3	Семинар № 3 Современные аспекты технической подготовки фигуристов высокой квалификации. Основные особенности техники исполнения многооборотных прыжков каскадов и комбинаций прыжков (4, 3,5,3 оборота)	2
	Семинар № 4 Современные аспекты технической подготовки фигуристов высокой квалификации. Основные особенности техники исполнения комбинированных вращений, дорожек шагов 4 уровня сложности	2
3	Семинар № 5 Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства Особенности методики обучения технике исполнения элементов высшей степени сложности:	2

	Многооборотные прыжки, каскады и комбинации прыжков (4, 3,5 ,3 оборота);	
3	Семинар № 6 Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства Особенности методики обучения технике исполнения элементов высшей степени сложности: Многооборотные прыжки, каскады и комбинации прыжков (4, 3,5 ,3 оборота);	2
3	Семинар № 7 Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства Многооборотные прыжки, каскады и комбинации прыжков (4, 3,5 ,3 оборота); Текущий контроль 2	2
3	Семинар № 8 Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства Особенности методики обучения технике исполнения элементов высшей степени сложности: Прыжки во вращение, комбинированные вращения	2
3	Семинар № 9 Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства Особенности методики обучения технике исполнения элементов высшей степени сложности: Дорожки шагов 4 уровня сложности	2
3	Семинар №10 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Пространственно-временные характеристики выполнения в коротких программах прыжковых элементов	2
	Семинар №11 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Пространственно-временные характеристики выполнения в коротких программах прыжковых элементов	2
3	Семинар №12 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Пространственно-временные характеристики выполнения в произвольных программах прыжковых элементов	2
3	Семинар №13 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Пространственно-временные характеристики выполнения в произвольных программах прыжковых элементов	2
3	Семинар №14 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Пространственно-временные характеристики выполнения в коротких программах вращений, шаговых комбинаций	2
3	Семинар №15 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Пространственно-временные характеристики выполнения в произвольных программах вращений, шаговых комбинаций	2
3	Семинар №16 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ	2

	программ Композиционное построение коротких программ фигуристов высокой квалификации	
3	Семинар №17 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Композиционное построение коротких программ фигуристов высокой квалификации	2
3	Семинар №18 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Анализ композиционного построения произвольных программ фигуристов высокой квалификации	2
3	Семинар №19 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Анализ композиционного построения произвольных программ фигуристов высокой квалификации	2
3	Семинар № 20 Современные аспекты физической подготовки фигуристов высокой квалификации. Характеристика современных аспектов физической подготовки фигуристов высокой квалификации. Взаимосвязь и взаимозависимость физической подготовки с и другими видами подготовки. подготовки. Методика развития и совершенствования физических способностей фигуристов высокой квалификации	2
3	Семинар № 21 Современные аспекты хореографической подготовки фигуристов высокой квалификации. Характеристика современных аспектов хореографической подготовки фигуристов высокой квалификации. Взаимосвязь и взаимозависимость хореографической и другими видами подготовки.	2
3	Семинар № 22 Современные аспекты психологической подготовки фигуристов высокой квалификации. Характеристика современных аспектов психологической подготовки фигуристов высокой квалификации. Взаимосвязь и взаимозависимость психологической и другими видами подготовки. Психологическая подготовка к старту	2
3	Семинар № 23 Современные аспекты тактической подготовки фигуристов высокой квалификации. Характеристика современных аспектов тактической подготовки фигуристов высокой квалификации. Взаимосвязь и взаимозависимость технической и тактической подготовки. Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	2
3	Семинар № 24 Современные аспекты подготовки фигуристов высокой квалификации. Современные аспекты интегральной подготовки фигуристов высокой квалификации.	2
3	Семинар № 25 Характеристика спортивных нагрузок в подготовке фигуристов высокой квалификации Сравнительная характеристика тренировочных нагрузок в спортивной деятельности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки	2

3	Семинар № 26 Характеристика тренировочных нагрузок в подготовительном периоде подготовки фигуристов высокой квалификации. Методика анализа нагрузок	2
	Семинар № 27 Характеристика тренировочных нагрузок в подготовительном периоде (предсоревновательный этап) подготовки фигуристов высокой квалификации. Методика анализа нагрузок-	2
3	Семинар № 28 Характеристика соревновательных нагрузок. Методика анализа. Характеристика нагрузок в короткой и произвольной программе.	2
3	Семинар № 29 Характеристика спортивных нагрузок фигуристов высокой квалификации. Показатели соревновательных нагрузок в разных этапах подготовки	2
3	Семинар № 30 Технология мониторинга подготовленности и отбора фигуристов высокой квалификации в сборную команду России. Критерии и методы оценки видов подготовленности и нормативные показатели определения ее уровня.	2
3	Семинар № 31 Модельные характеристики фигуристов сборной России как ориентир для резерва фигуристов. Критерии и методы оценки видов подготовленности и нормативные показатели определения ее уровня	2
3	Семинар № 32 Технология мониторинга подготовленности и отбора фигуристов высокой квалификации в сборную команду России. Формы, виды мониторинга и технология мониторинга подготовленности спортивного резерва	2

2курс 4 семестр

очная форма обучения

45 зан

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
4	Семинар № 1 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации. Субъект, объект управления в спорте. Функции управления. Принципы управления. Этапы управления подготовкой фигуристов высокой квалификации	2
4	Семинар № 2 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов разной квалификации Виды управления в процесс становления мастерства фигуристов	2
4	Семинар № 3 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов разной квалификации Уровни управляемой системы в процесс становления мастерства фигуристов	2
4	Семинар № 4 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации. Технология планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированными спортсменами в избранном виде спорта; - приемы обеспечения результативности соревновательной деятельности.	2
4	Семинар № 5 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации. Особенности подготовки фигуристов высокой в спортивных школах, спортивных школах олимпийского резерва, детско-юношеских спортивных школах, специализированных детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва, училищах олимпийского резерва.	2

4	Семинар № 6 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Технология планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированными спортсменами в избранном виде спорта; - приемы обеспечения результативности соревновательной деятельности.	2
4	Семинар №7 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Контроль в процессе спортивной тренировки фигуристов в контексте результатов современных научных исследований.	2
4	Семинар № 8 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Требования к показателям контроля процесса подготовки фигуристов высокой квалификации	2
4	Семинар № 9-11 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Виды контроля в процессе подготовки фигуристов высокой квалификации и их характеристика	6
4	Семинар №12. Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Контроль в процессе спортивной тренировки фигуристов в контексте результатов современных научных исследований.	2
4	Семинар № 13-14 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Модельные характеристики технической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки Контроль уровня технической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки квалификации	4
4	Семинар № 15-16 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Модельные характеристики физической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки Контроль уровня физической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки квалификации	4
4	Семинар №17 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Модельные характеристики хореографической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки Контроль уровня хореографической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки квалификации	2
4	Семинар № 18 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Контроль уровня психологической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки квалификации Контроль уровня психологической подготовленности фигуристов высокой квалификации к старту	2
4	Семинар № 19 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Контроль уровня тактической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки квалификации	2
4	Семинар № 20 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Модельные характеристики функциональной подготовленности	2

	фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки	
4	Семинар №21 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Контроль уровня подготовленности фигуристов высокой квалификации	2
4	Семинар № 22- 23 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Планирование в процессе спортивной тренировки фигуристов в контексте результатов современных научных исследований	4
4	Семинар № 24-25 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Прогнозирование подготовки фигуристов высокой квалификации	4
4	Семинар № 26-27 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Моделирование подготовки фигуристов высокой квалификации	4
4	Семинар № 28 – 29 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Программирование подготовки фигуристов высокой квалификации	4
4	Семинар № 30 - 32 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Разработка годового плана подготовки фигуристов высокой квалификации	6
4	Семинар № 33 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Планирование в процессе спортивной тренировки фигуристов в контексте результатов современных научных исследований	2
4	Семинар № 34 – 35 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Становление спортивного мастерства фигуристов Этап спортивной специализации. Длительность, возрастные границы, разрядные нормативы в соответствии с требованиями федерального стандарта. Особенности обучения технике элементов фигурного катания. Пути развития и совершенствования физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости) в контексте результатов современных научных исследований; Методология подготовки спортсменов и принципы ее реализации для применения этих знаний при работе с людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов.	4
4	Семинар № 36 – 37 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Становление спортивного мастерства фигуристов Этап совершенствования спортивного мастерства. Длительность, возрастные границы, разрядные нормативы в соответствии с требованиями федерального стандарта. Особенности обучения технике элементов фигурного катания. Пути развития и совершенствования физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости) в контексте результатов современных научных исследований; Методология подготовки спортсменов и принципы ее реализации для применения этих знаний при работе с людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов.	4
4	Семинар № 38 – 39 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Становление спортивного мастерства фигуристов Этап высшего спортивного мастерства (этап максимальной реализации индивидуальных возможностей). Особенности обучения технике	4

	<p>элементов фигурного катания. Пути развития и совершенствования физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости) в контексте результатов современных научных исследований;</p> <p>Методология подготовки спортсменов и принципы ее реализации для применения этих знаний при работе с людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов.</p>	
4	<p>Семинар № 40 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации</p> <p>Этапы спортивного мастерства в фигурном катании</p> <p>Этап высшего спортивного мастерства (этап сохранения достижений). Задачи, структура, средства, методы. Особенности обучения технике элементов фигурного катания. Пути развития и совершенствования физических способностей (силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости) в контексте результатов современных научных исследований;</p> <p>Методология подготовки спортсменов и принципы ее реализации для применения этих знаний при работе с людьми, вовлеченными в подготовку спортсменов.</p>	2
4	<p>Семинар № 41 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации</p> <p>Становление спортивного мастерства фигуристов</p> <p>Сравнительная характеристика уровня подготовленности на различных этапах подготовки Взаимосвязи и взаимозависимость уровня подготовленности в процессе становления спортивного мастерства фигуристов</p>	2
4	<p>Семинар № 42 Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки фигуристов высокой квалификации</p> <p>Общероссийские и международные антидопинговые правила. Ответственность федерации России по фигурному катанию и процедура контроля выполнения антидопинговых правил. Ответственность фигуристов и персонала сборной команды России за выполнение антидопинговых</p>	2
4	<p>Семинар № 43 Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки фигуристов высокой квалификации</p> <p>Разработка алгоритмов реализации мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки фигуристов сборной команды России в мезоцикле</p>	2
4	<p>Семинар № 44 Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки фигуристов высокой квалификации</p> <p>Критерии результативности системы медико-биологического и медицинского обеспечения Способы оценки результативности углубленного медицинского обследования (УМО) и текущего врачебного контроля фигуристов сборной команды России</p>	2
4	<p>Семинар № 45 Технология оценки результативности мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки фигуристов высокой квалификации сборной команды России</p> <p>Содержание процесса оценки результативности антидопинговых мероприятий с фигуристами сборной команды России. Факторы,</p>	2

	предопределяющие алгоритм оценки эффективности антидопингового сопровождения подготовки фигуристов сборной команды России	
4	Семинар № 46 Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки фигуристов высокой квалификации Разработка рекомендаций по коррекции мероприятий, направленных на профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки.	2
4	Семинар № 47 Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий по антидопинговому обеспечению подготовки фигуристов сборной команды России Разработка рекомендации по коррекции мероприятий, направленных на сохранение и повышение работоспособности фигуристов высокой квалификации с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки различных этапов подготовки..	2
4	Семинар № 48 Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий по антидопинговому обеспечению подготовки фигуристов сборной команды России Рекомендации по коррекции информационно-образовательных программ РУСАДА по профилактике использования допинга в спорте, предназначенных для спортсменов, спортивных врачей, тренеров и персонала спортсменов.	2

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

1 курс 1 семестр

заочная форма обучения

№ темы	Содержание	Кол-во часов
1	Лекция 1 Актуальные проблемы развития фигурного катания на современном этапе. Итоги выступлений сборной команды России на соревнованиях международного масштаба. Уровень технического мастерства выдающихся фигуристов мира. Процесс подготовки фигуристов в сборной команде России. Тенденции судейства соревнований высшего ранга	4
1	Лекции 2 Уровень спортивных программ фигуристов высокой квалификации. Характеристики коротких и произвольных программы сильнейших фигуристов мира	2

1 курс 2 семестр

заочная форма обучения

2 зан.

№ темы	Содержание	Кол-во часов
2	Лекция №1 Роль и место научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и спортсменов высшей квалификации. Инновационные	2

	подходы к оценке функционального состояния и технической подготовленности фигуристов высокой квалификации с использованием современных средств и методов исследования	
2	Лекция № 2 Направления и темы научно-исследовательской работы в области ФКиС	2
2	Лекция № 3 Магистерская диссертация как средство интеграции научных знаний и практических умений по проведению исследования и обобщения его результатов. Значимость. Структура диссертации, ее квалификационные характеристики. Обоснование актуальности и научного предположения, направленного на разрешение выявленных противоречий.	2

2 курс 3 семестр

заочная форма обучения

2 зан.

№ темы	Содержание	Кол-во часов
3	Лекция № 1 Современные аспекты технической подготовки фигуристов высокой квалификации.. Модельные характеристики мастерства фигуристов высокой квалификации, способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям; способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу	2
3	Лекция №2 Особенности методики обучения технике исполнения элементов высшей степени сложности: многооборотных прыжков каскадов 3и комбинаций прыжков (4, 3,5,3 оборота); комбинированных вращений, дорожек шагов 4 уровня сложности	2
3	Лекция № 3 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ (пространственно-временные характеристики исполнения элементов разных групп в спортивных программах, композиционное построение)	2

2 курс 4 семестр

заочная форма обучения

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
3	Лекция 1 Современные аспекты видов подготовки фигуристов высокой квалификации.. Взаимосвязь и взаимозависимость видов подготовки с и другими видами подготовки. Методика развития и совершенствования физических способностей	4
3	Лекция 2 Характеристика спортивных нагрузок процесса подготовки фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства. Сравнительная характеристика тренировочных нагрузок в спортивной деятельности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки	2

3 курс 5 семестр

заочная форма обучения

2 зан.

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
4	Лекция № 1 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации - технология планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированными спортсменами в избранном виде спорта; - приемы обеспечения результативности соревновательной деятельности.	2
4	Лекция № 2 Контроль в процессе спортивной тренировки фигуристов в контексте результатов современных научных исследований. Модельные характеристики уровней подготовленности фигуристов высокой квалификации на разных этапах подготовки	2
4	Лекция № 3 Медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов; - механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности; - особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

1 курс 1 семестр

заочная форма обучения

5 зан.

№ темы	Содержание	Кол-во часов
1	Семинар № 1 Актуальные проблемы развития фигурного катания на современном этапе. Актуальные проблемы развития фигурного катания на современном этапе (в мире, в России) как вида спорта Итоги выступления российской сборной команды по фигурному катанию в прошедшем сезоне	2
1	Семинар № 2 Материально-техническое обеспечение спорта высших достижений Современный инвентарь фигурного катания. Характеристика инвентаря в зависимости от постановки задач и исходя из уровня подготовленности фигуристов разной квалификации.	2
1	Семинар № 3 Материально-техническое обеспечение спорта высших достижений Характеристика тренажеров, применяемых в фигурном катании	2

1	Семинар № 4 Материально-техническое обеспечение спорта высших достижений Применение тренажеров в подготовке фигуристов высокой квалификации	2
	Семинар № 5 Характеристика спортивных программ фигуристов высокой квалификации Требования правил соревнований к спортивным программам фигуристов различного уровня Характеристика спортивных программ фигуристов высокого уровня подготовленности.	2
1	Семинар № 6 Характеристика спортивных программ фигуристов высокой квалификации Характеристика спортивных программ фигуристов высокого уровня подготовленности	2
1	Семинар № 7 Характеристика спортивных программ фигуристов высокой квалификации Требования правил соревнований к спортивным программам фигуристов различного уровня Характеристика спортивных программ фигуристов высокого уровня подготовленности.	2
1	Семинар № 8 Современные положения и требования к организации и проведению соревнований высокого ранга в фигурном катании Компьютерные технологии в судействе соревнований. Методика судейства соревнований. Стоимость элементов. Определение стоимости элементов при прокате программы, таблица качества исполнения элементов (GOE). (оценка качества от минус 5 до плюс 5). Уровни сложности элементов, черты для присвоения элементу уровня сложности Компоненты программы. Наказание и бонусы.	2
1	Семинар № 9 Современные положения и требования к организации и проведению соревнований высокого ранга в фигурном катании Методика судейства соревнований. Стоимость элементов. Определение стоимости элементов при прокате программы, таблица качества исполнения элементов (GOE). (оценка качества от минус 5 до плюс 5). Уровни сложности элементов, черты для присвоения элементу уровня сложности Компоненты программы. Наказание и бонусы.	2
1	Семинар №10 Современные положения и требования к организации и проведению соревнований высокого ранга в фигурном катании Методика судейства соревнований. Стоимость элементов. Определение стоимости элементов при прокате программы, таблица качества исполнения элементов (GOE). (оценка качества от минус 5 до плюс 5). Уровни сложности элементов, черты для присвоения элементу уровня сложности Компоненты программы. Наказание и бонусы.	2

1 курс 2 семестр

заочная форма обучения

№ темы	Содержание	Кол-во часов
2	Семинар 1. Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике Роль и место научных исследований в процессе обеспечения подготовки спортивного резерва и фигуристов высокой квалификации. Виды научного	2

	обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и фигуристов высокой квалификации	
2	Семинар 2 . Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике Оценка функционального состояния и технической подготовленности фигуристов с использованием современных средств и методов исследования	2
2	Семинар 3 Проблематика научных исследований в аспекте подготовки и выступлений в соревнованиях спортивных сборных команд в фигурном катании с учетом существующих модельных показателей Информационные ресурсы НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург и их значение в определении проблематики исследования. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных процессу подготовки фигуристов высокой квалификации (обучение и совершенствование элементов высшей степени сложности, повышение уровня технической, физической, хореографической подготовленности, управление подготовкой. Последовательность деятельности магистранта в процессе работы над диссертацией	2
2	Семинар 4 Планирование аналитического исследования, направленного на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки фигуристов высокой квалификации и путей их решения. Характеристика магистерской диссертации Объект, предмет и гипотеза исследования в области ФКиС. Положения, выносимые на защиту Организация исследования.	2
2	Семинар 5 Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Анализ литературы и документальных материалов как метод научного исследования. Способы подбора литературы и поиска ее в каталогах Правила представления списка использованной литературы. Табличное представление количественных результатов исследования	2
2	Семинар 6 .Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Характеристика методов исследования в процессе подготовки фигуристов высокой квалификации	2
2	Занятие 7 . Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Характеристика методов исследования в процессе подготовки фигуристов высокой квалификации	2
2	Семинар 8 Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности фигуристов высокой квалификации и результативности их выступлений на соревнованиях Педагогический эксперимент и его организация	2
2	Семинар 9 . Разработка практических рекомендаций по оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов, на основе данных сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации	2

	Математическая статистика как научный метод анализа и интерпретации результатов исследований Валидность и объективность контрольных испытаний	
3	Семинар 10 Разработка практических рекомендаций по оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов, на основе данных сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации. Заключение, выводы, практические рекомендации магистерской диссертации	2

2 курс 3 семестр

заочная форма обучения

4 зан

№ темы	Содержание	Кол-во часов
3	Семинар №1 Современные аспекты технической подготовки фигуристов высокой квалификации Системность и преемственность этапов обучения и совершенствования технике элементов фигурного катания, средства и методы Взаимосвязь и взаимозависимость технической подготовки с другими видами подготовки.	2
3	Семинар №2 Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства Особенности методики обучения технике исполнения элементов высшей степени сложности: Многооборотные прыжки, каскады и комбинации прыжков (4, 3,5 ,3 оборота);вращения , дорожки шагов	2
3	Семинар № 3 Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства Особенности методики обучения технике исполнения элементов высшей степени сложности: Многооборотные прыжки, каскады и комбинации прыжков (4, 3,5 ,3 оборота);вращения , дорожки шагов	2
3	Семинар№ 4 Методика повышения технического мастерства фигуристов на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства Особенности методики обучения технике исполнения элементов высшей степени сложности: Многооборотные прыжки, каскады и комбинации прыжков (4, 3,5 ,3 оборота);вращения , дорожки шагов	2

2 курс 4 семестр

заочная форма обучения

№ темы	Содержание	Кол-во часов
3	Семинар 1 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных программ Пространственно-временные характеристики выполнения в спортивных программах прыжковых элементов	2
3	Семинар 2 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов-при исполнении спортивных	2

	программ Пространственно-временные характеристики выполнения в коротких программах вращений, шаговых	
3	Семинар 3 Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов при исполнении спортивных программ Композиционное построение программ фигуристов	2
3	Семинар 4 Современные аспекты физической подготовки фигуристов высокой квалификации. Характеристика современных аспектов физической подготовки фигуристов высокой квалификации.	2
3	Семинар 5 Современные аспекты хореографической подготовки фигуристов высокой квалификации. Характеристика современных аспектов хореографической подготовки фигуристов высокой квалификации.	2
3	Семинар 6 Современные аспекты психологической подготовки фигуристов высокой квалификации. Характеристика современных аспектов психологической подготовки фигуристов высокой квалификации.	2
3	Семинар 7 Современные аспекты тактической подготовки фигуристов высокой квалификации. Характеристика современных аспектов тактической подготовки фигуристов высокой квалификации.	2
3	Семинар 8 Характеристика тренировочных нагрузок в подготовительном периоде подготовки фигуристов высокой квалификации. Методика анализа нагрузок	2
3	Семинар 9 Характеристика соревновательных нагрузок. Методика анализа .Характеристика нагрузок в короткой и произвольной программе.	2
3	Семинар 10 Модельные характеристики фигуристов сборной России как ориентир для резерва фигуристов. Критерии и методы оценки видов подготовленности и нормативные показатели определения ее уровня	2

3 курс 5 семестр

заочная форма обучения

17 зан.

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
4	Семинар № 1 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации. Субъект, объект управления в спорте. Функции управления. Принципы управления. Этапы управления подготовкой фигуристов высокой квалификации Виды управления в процесс становления мастерства фигуристов	2
4	Семинар №2 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Контроль в процессе спортивной тренировки фигуристов в контексте результатов современных научных исследований.	2
4	Семинар № 3 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Модельные характеристики технической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки Контроль уровня технической подготовленности фигуристов высокой квалификации на	2

	различных этапах подготовки квалификации	
4	Семинар № 4 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Модельные характеристики физической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки Контроль уровня физической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки квалификации	2
4	Семинар № 5 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Контроль уровня психологической и тактической подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки квалификации Контроль уровня психологической подготовленности фигуристов высокой квалификации к старту	2
4	Семинар № 6 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Модельные характеристики функциональной подготовленности фигуристов высокой квалификации на различных этапах подготовки. Контроль уровня функциональной подготовленности фигуристов высокой квалификации	2
4	Семинар № 7 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Планирование в процессе спортивной тренировки фигуристов в контексте результатов современных научных исследований. Прогнозирование, моделирование, программирование подготовки фигуристов высокой квалификации	2
4	Семинар № 8 Системный подход к управлению спортивной подготовкой фигуристов высокой квалификации Разработка годового плана подготовки фигуристов высокой квалификации	2
4	Семинар № 9 Эффективные пути решения современных научных проблем по оптимизации подготовки фигуристов высокой квалификации Методика построения тренировочного макроцикла для фигуристов высокой квалификации Типы и структура тренировочных циклов в подготовке фигуристов высокой квалификации Методика планирования тренировочных циклов. Характеристика соотношения основных средств тренировки по периодам подготовки	2
4	Семинар №- 10 Эффективные пути решения современных научных проблем по оптимизации подготовки фигуристов высокой квалификации Периодизация тренировочного процесса в фигурном катании у фигуристов разной квалификации	2
4	Семинар № 11 Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки фигуристов высокой квалификации Разработка алгоритмов реализации мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки фигуристов сборной команды России в мезоциклах	2
4	Семинар № 12 Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки фигуристов высокой квалификации	2

	Разработка рекомендаций по коррекции мероприятий, направленных на профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки.	
--	---	--

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. 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.

4. 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.

5. Совершенствование вращательных движений фигуристов с использованием тренажерного комплекса : учебное пособие для магистрантов, обучающихся по направлению 49.04.03 - "Спорт" / А.Н. Мишин, Д.С. Мельников, Е.Н. Тузова [и др.] ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — 103 с.

6. Тузова, Е.Н. Судейство спортивных соревнований в фигурном катании на коньках : учебное пособие / Е.Н. Тузова, В.И. Мирзоев ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2023. — Электрон. дан. (1 файл) : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. — Библиогр.: с. 90–91. — Текст : электронный.

7. 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. Бабушкин, Г. Д. Психология спортивного соревнования : учебное пособие для вузов / Г. Д. Бабушкин, Б. П. Яковлев. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 328 с. — ISBN 978-5-507-49886-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/404867>.

2. Вагушева, Т.Н. Основы обучения подкруткам и выбросам в парном фигурном катании на коньках : учебное пособие / Т.Н. Вагушева ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и

здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — Электрон. дан. (1 файл). — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

3. 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.

4. Иссурин, В. Б. Спортивный талант : прогноз и реализация / В. Б. Иссурин ; пер. с англ. И. В. Шаробайко. – Москва : Спорт, 2017. – 239 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471214>. – ISBN 978-5-906839-83-1.

5. Мишин, А.Н. Биомеханика движений фигуриста / А.Н. Мишин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : ЛЕНАНД, 2021. — 221 с. : ил. — Библиогр.: с. 219–221. — ISBN 978-5-9710-8414-3.

6. Спортивный отбор : учебное пособие / составитель Р. С. Жуков. — Кемерово : КемГУ, 2022. — 142 с. — ISBN 978-5-8353-2965-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/332306>.

7. Черепанова, И.О. Фигурное катание на коньках. Скольжение : учебное пособие / И.О. Черепанова, К.С. Дунаев, А.Д. Мошков ; Московская государственная академия физической культуры, Малаховка, Московская область. — Малаховка : МГАФК, 2023. — Электрон. дан. (1 файл). — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. — Библиогр.: с. 118–120. — ISBN 978-5-907590-63-2.

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

Операционные системы:

Windows 10 Pro/Windows 10 Pro for Workstations

ОС РОСА "КОБАЛЬТ" десктоп (отечественная ОС, нужно ее везде писать)

Офисные пакеты приложений:

Office 2016 for Mac Standard

Мой офис (отечественное ПО, нужно его везде писать)

Браузеры:

Google Chrome

Chromium (устанавливается на отечественные ОС, его везде нужно писать)

Microsoft Edge

Архиваторы:

7zip

Программы просмотра PDF:

AdobeAcrobatReader

Skype

Распознавание текста и конвертирование файлов:

AbbyfinereaderProfessional 12

Авторы-разработчики:

Тузова Е.Н., доцент кафедры теории
методики конькобежного спорта и фигурного
катания ,к.п.н., доцент