

**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 атлетизма им. А.И. Фаламеева**

Рабочая программа дисциплины

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

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**

## 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:

<b>Код и наименование профессиональных компетенций</b>
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:

<b>Код компетенции</b>	<b>Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения</b>
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 наивысшие результаты в условиях соревновательной конкуренции; -</p>	<p><b>Знания:</b> - 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><b>Умения:</b> - оценивать уровень результативности подготовки спортивного резерва; - определять способность высококвалифицированных спортсменов показывать наивысшие результаты в условиях соревновательной конкуренции;</p>

	<p>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>- выявлять степень избыточности спортивной подготовленности, надежности и стабильности соревновательной деятельности; - планировать и разрабатывать процедуру проведения мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта.</p> <p><b>Навыки:</b></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><b>Знания:</b> - 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><b>Умения:</b> - 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><b>Навыки:</b> - 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.	<p>ПК-3.1. Знает: - компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды; - функции и механизмы</p>	<p><b>Знания:</b></p> <p>- компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды; -</p>

	<p>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>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><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проектировать процесс подготовки с учетом целевой комплексной программы подготовки высококвалифицированных спортсменов;</li> <li>- определять направленность и содержание управленческих функций с учетом задач спортивной подготовки и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов;</li> <li>- корректировать содержание процесса подготовки и соревновательной деятельности на основе оперативной оценки состояния высококвалифицированных спортсменов и результативности.</li> </ul> <p><b>Навыки:</b></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, встречающийся и избранной сфере профессиональной деятельности; - принципы, формы, методы</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- структуру и технологию аналитических исследований в спортивной педагогике; - современные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - круг проблем подготовки и выступлений в спортивных соревнованиях спортивных сборных команд, встречающийся и избранной сфере профессиональной деятельности; - принципы, формы,</li> </ul>

	<p>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;</p> <p>- проводить аналитические и экспериментальные исследования с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях.</p> <p>ПК-4.3. Имеет опыт: - сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации с целью эффективного решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения;</p> <p>- анализа рефератов научных работ, научных трудов конференций, методических пособий и монографий с целью определения их актуальности практической значимости в поиске эффективных подходов к подготовке высококвалифицированных спортсменов.</p>	<p>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><b>Умения:</b></p> <p>- планировать аналитические исследования, направленные на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения;</p> <p>- проводить аналитические и экспериментальные исследования с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях.</p> <p><b>Навыки:</b></p> <p>- сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации с целью эффективного решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения;</p> <p>- анализа рефератов научных работ, научных трудов конференций, методических пособий и монографий с целью определения их актуальности практической значимости в поиске эффективных подходов к подготовке высококвалифицированных спортсменов.</p>
ПК-5.	ППК-5.1. Знает: - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в	<b>Знания:</b> - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики

	<p>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;</p> <p>- интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности для выявления перспективных спортсменов;</p> <p>- обосновывать пути совершенствования методики подготовки спортсменов сборных команд с позиций современной теории физической культуры и спорта;</p> <p>- разрабатывать рекомендации по внедрению новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса с целью повышения эффективности подготовки в спортивных сборных командах.</p> <p>ПК-5.3. Имеет опыт: - анализа показателей подготовленности и выступлений в спортивных соревнованиях спортсменов сборных команд; - разработки рекомендации по улучшению методики их подготовки спортсменов сборных команд.</p>	<p>спортсменов высокого класса в избранном виде спорта;</p> <p>- 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><b>Умения:</b></p> <p>- критически анализировать, оценивать опыт подготовки и выступлений на соревнованиях высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта в аспекте актуальных проблем повышения эффективности деятельности;</p> <p>- интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности для выявления перспективных спортсменов в избранном виде спорта;</p> <p>- обосновывать пути совершенствования методики подготовки спортсменов сборных команд в избранном виде спорта с позиций современной теории физической культуры и спорта;</p> <p>- разрабатывать рекомендации по внедрению новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса с целью повышения эффективности подготовки в спортивных сборных командах в избранном виде спорта;</p> <p><b>Навыки:</b> - анализа показателей подготовленности и выступлений в спортивных соревнованиях спортсменов сборных команд в избранном виде спорта;</p> <p>- разработки рекомендации по улучшению методики их подготовки спортсменов сборных команд в избранном виде спорта.</p>
ПК-6.	<p>ПК-6.1. Знает:</p> <p>- медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов;</p>	<p>Знания:</p> <p>- медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов в избранном виде</p>

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

## 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры				
		1	2	3	4	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	216	24	32	64	96	
В том числе:						
Занятия лекционного типа	30	8	8	8	6	
Занятия семинарского типа (семинары, методические и практические занятия)	186	16	24	56	90	
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	48	Зачет 6	Экз. 18	Зачет 6	Экз. 18	
Самостоятельная работа студента	708	78	94	218	318	
Общая трудоемкость	часы	972	108	144	288	432
	зачетные единицы	27	3	4	8	12

*заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры					
		1	2	3	4	5	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	108	12	24	12	24	36	
В том числе:							
Занятия лекционного типа	16	2	4	4	4	2	
Занятия семинарского типа (семинары, методические и практические занятия)	92	10	20	8	20	34	
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	25	Зач. 4	Зач. 4	Зач. 4	Зач. 4	Экз. 9	
Самостоятельная работа студента	839	92	188	92	188	279	
в т.ч. контрольные работы	100	20	20	20	20	20	
Общая трудоемкость	часы	972	108	216	108	216	324
	зачетные единицы	27	3	6	3	6	9

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

## 4.1 ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Научно-методическое обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта	<p>1. Инновационные методики и технологии спортивной тренировки в ИВС</p> <p>2. Современные подходы к моделированию тренировочного процесса в атлетизме.</p> <p>3. Современные технологии учета и контроля подготовленности спортсменов, профилактики травматизма и рекреации в спорте высших достижений.</p> <p>4. Пути повышения педагогического мастерства тренера по ИВС.</p>	<p>Знает: - структуру и технологию аналитических исследований в спортивной педагогике; - современные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - круг проблем подготовки и выступлений в спортивных соревнованиях спортивных сборных команд, встречающийся и избранной сфере профессиональной деятельности; - принципы, формы, методы научного исследования и оценки подготовленности</p>

			<p>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 атлетизме (тяжелая атлетика, гиревой спорт, бодибилдинг, пауэрлифтинг,	1. Итоги выступлений спортивных сборных команд Российской Федерации по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью. 2. План-прогноз спортивных достижений сборных команд	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,

функциональное многоборье)	<p>Российской Федерации по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>3. Особенности подготовки спортивного резерва в атлетизме с учетом рекордных достижений сборных команд Российской Федерации по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>4. Модельные характеристики физической подготовленности и особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p> <p>5. Модельные характеристики технической подготовленности и особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p> <p>6. Модельные характеристики психологической подготовленности и особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p> <p>7. Интегральная подготовка в тяжелой атлетике, гиревом спорте, бодибилдинге, пауэрлифтинге, функциональном многоборье и пути ее совершенствования.</p>	<p>спортивной дисциплине), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации.</p> <p>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: - анализа показателей подготовленности и выступлений в спортивных соревнованиях спортсменов сборных команд; - разработки рекомендации по улучшению методики их подготовки спортсменов сборных команд.</p>
	<p>8. Организация отбора в молодежную спортивную сборную команду по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>9. Критерии отбора в молодежную спортивную сборную команду в атлетизме (тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу,</p>	<p>Знает: - Формы и процедуру мониторинга подготовки спортивного резерва; критерии оценки состояния и подготовленности высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - компоненты целевой комплексной программы подготовки в избранном виде спорта.</p>

		<p>пауэрлифтингу, функциональному многоборью). 10. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью с учетом целевой комплексной программы. 11. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</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. Имеет опыт: - организации и проведения мониторинга подготовленности спортивного резерва по виду спорта.</p>
3.	<p>Теория и методика подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме (тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью)</p>	<p>1. Компоненты мастерства высококвалифицированных спортсменов в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью. 2. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью и результаты на соревнованиях. 3. Способы моделирования упражнений по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью на перспективу. 4. Тренировочные и соревновательные нагрузки спортсменов сборных команд Российской Федерации по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью в олимпийском цикле. 5. Модельные характеристики соревновательной деятельности спортсменов и способы оценки</p>	<p>Знает: - модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов; - способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям; - способы модельных характеристик спортивного мастерства на перспективу; - процедуру отбора в спортивную сборную команду Уметь: - применять адекватные методики оценки результативности высококвалифицированных спортсменов; - выявлять степень соответствия подготовленности спортсменов по модельным характеристикам спортивной сборной команды в избранном виде спорта; - определять перспективность спортсменов на основе учета целевых показателей цикла подготовки и показателей нагрузок. 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>соответствия им.</p> <p>6. Этапы и периоды подготовки сборной команды Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью с учетом модельных характеристик от уровня мастерства.</p> <p>7. План-схема годового цикла подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью в олимпийском цикле.</p>	
4.	<p>Управление централизованной подготовкой спортивной сборной команды в атлетизме (тяжелая атлетика, гиревой спорт, бодибилдинг, пауэрлифтинг, функциональное многоборье)</p>	<p>1. Компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>2. Особенности управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов в сборной команде по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>3. Технология планирования и коррекции процесса подготовки и соревновательной деятельности спортсменов сборной команды по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>4. Техническое оснащение залов для учебно-тренировочных занятий и экипировка спортивного резерва по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>5. Система финансирования подготовки спортивного резерва по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу,</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</p>

		<p>пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>6. Содержание и организация предсоревновательной и соревновательной подготовки сборных команд Российской Федерации по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>7. Научно-методическое обеспечение как условие повышения результативности тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>8. Медико-биологическое, медицинское и антидопинговое обеспечение сборных команд Российской Федерации по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>9. Медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>10. Особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки сборной команды в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p>	<p>высококвалифицированных спортсменов сборной команды и участия в соревнованиях избранного вида спорта.</p> <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов;</li> <li>- механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности;</li> <li>- особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы;</li> <li>- формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделить медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсмена в конкретном виде спорта;</li> <li>- планировать мероприятия медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов;</li> <li>- анализировать результаты мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов;</li> <li>- формулировать рекомендации по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</li> </ul> <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки эффективности</li> </ul>
--	--	---	--

			мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов.
--	--	--	--

## 4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

## ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

## ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	<b>1 семестр</b>	
	Лекция №1. Роль и место научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и спортсменов высокой квалификации. На современном уровне развития спорта на интуитивном и чувственно-эмпирическом уровне управлять процессами функционального состояния систем, обуславливающих специализированную работоспособность и техническую подготовленность в спорте высших достижений, невозможно. Следовательно, для управления (целенаправленного воздействия в соответствии с принципами спортивной тренировки) подготовкой, как спортивного резерва, так и спортсменов элитного уровня, необходимо использовать арсенал средств и методов из области спортивной физиологии, спортивной биомеханики, спортивной психологии, спортивной медицины, спортивной биохимии и др. наук, при руководящем и интегрирующем началом спортивного педагога	2
	Лекция №2. Инновационные подходы к оценке функционального состояния и технической подготовленности спортсменов высокой квалификации с использованием современных средств и методов исследования	2
	Лекция № 3. Направления и темы научно-исследовательской работы в области ФКиС	2
	Лекция № 4. Магистерская диссертация как результат интеграции научных знаний и прикладных исследований в области спорта Роль магистерской диссертации в процессе становления профессиональной готовности выпускника ВУЗа на современном этапе развития информационных технологий. Структура диссертации, ее квалификационные характеристики. Обоснование актуальности и научного предположения, направленного на разрешение выявленных противоречий.	2
	<b>2 семестр</b>	
2.	Лекция № 1. Содержание и особенности подготовки спортивного резерва в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью. 1. Итоги выступлений спортивных сборных команд Российской Федерации по атлетизму (тяжеля атлетика, гиревом спорт, бодибилдинг, пауэрлифтинг, функциональное многоборье) и соотношение сил на мировой арене. 2. План-прогноз спортивных достижений сборных команд Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью. 3. Особенности подготовки спортивного резерва в ИВС с учетом рекордных	2

	достижений спортивных сборных команд Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.	
	<p>Лекция № 2. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в атлетизме.</p> <p>1. Модельные характеристики физической подготовленности и особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p> <p>2. Модельные характеристики технической подготовленности и особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p> <p>3. Модельные характеристики психологической подготовленности, состояния атлетизма (тяжелая атлетика, гиревом спорт, бодибилдинг, пауэрлифтинг, функциональное многоборье) и особенности их учета при реализации целевой комплексной программы.</p>	2
	<p>Лекция № 3. Проектирование процесса подготовки спортивного резерва</p> <p>1. Интегральная подготовка в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью и пути ее совершенствования.</p> <p>2. Проектирование процесса подготовки спортивного резерва в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью с учетом закономерностей возрастного, биологического развития и тенденций развития спорта.</p> <p>3. Факторы индивидуализации тренировки и особенности их учета в проектировании подготовки спортивного резерва</p>	2
	<p>Лекция № 4. Содержание отбора в молодежную спортивную сборную команду и мониторинг результативности процесса подготовки в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>1. Организация и критерии отбора в молодежную спортивную сборную команду по ИВС.</p> <p>2. Моделирование и коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва в ИВС с учетом целевой комплексной программы.</p> <p>3. Оценка результативности процесса подготовки и состояния спортивного резерва с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</p>	2
	<b>3 семестр</b>	
3.	<p>Лекция № 1. Компоненты мастерства высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.</p> <p>1. Модельные характеристики высококвалифицированных спортсменов в ИВС.</p> <p>2. Способы оценки соответствия модельным характеристикам мастерства высококвалифицированных спортсменов в ИВС.</p> <p>3. Модельные характеристики соревновательной деятельности в ИВС – ориентир процесса подготовки спортсменов.</p>	2
	<p>Лекция № 2 Мастерство спортсменов сборных команд Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью как производная качества подготовки.</p> <p>1. Способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу.</p> <p>2. Этапы подготовки сборных команд Российской Федерации в ИВС.</p>	2

	<p>3. Тренировочные нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации в ИВС в макроцикле.</p> <p>4. Соревновательные нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации в ИВС в макроцикле.</p>	
	<p>Лекция № 3. Особенности планирования подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>1. Особенности проектирования содержания подготовки сборных команд Российской Федерации в ИВС с учетом модельных характеристик мастерства.</p> <p>2. Текущее планирование спортивной подготовки в сборных командах Российской Федерации в ИВС.</p> <p>3. Оперативное планирование спортивной подготовки сборных командах Российской Федерации в ИВС.</p>	2
	<p>Лекция № 4. Особенности планирования подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>1. План-схема годового цикла подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации в ИВС в макроцикле.</p> <p>2. Коррекция планов годового цикла с учетом модельных характеристик и изменения правил соревнований.</p>	2
	<i>4 семестр</i>	
4.	<p>Лекция №1 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>1. Организационная структура спортивных сборных команд Российской Федерации в ИВС.</p> <p>2. Отличительные особенности организации спортивной подготовки молодежной и основной сборных команд Российской Федерации в ИВС.</p> <p>3. Система тренировочных сборов как основа реализации централизованной подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд Российской Федерации в ИВС.</p> <p>4. Техническое оснащение залов для тренировочных занятий и экипировка спортивного резерва в ИВС.</p> <p>5. Система финансирования подготовки спортивного резерва в ИВС.</p>	2
	<p>Лекция №2 Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборных команд по тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>1. Компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборных команд по ИВС.</p> <p>2. Технология планирования и коррекции процесса подготовки и соревновательной деятельности спортсменов сборных команд по ИВС.</p> <p>3. Содержание и организация предсоревновательной и соревновательной подготовки сборных команд Российской Федерации по ИВС.</p>	2
	<p>Лекция №3 Научно-методическое обеспечение как условие повышения результативности тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью. Медико-биологическое и антидопинговое обеспечение спортивных сборных команд Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p>	2

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Направленность деятельности комплексной научной группы как условие реализации перспективно-прогностического подхода к подготовке спортсменов сборных команд Российской Федерации в ИВС.</li> <li>2. Пути совершенствования процесса подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации на современном этапе развития ИВС.</li> <li>3. Современные методические условия при подготовке сборных команд Российской Федерации в ИВС.</li> <li>4. Медико-биологическое, медицинское и антидопинговое обеспечение сборных команд Российской Федерации в ИВС.</li> <li>5. Медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов.</li> <li>6. Особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки сборных команд в ИВС.</li> </ol>	
--	--	--

### ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
<i>1 семестр</i>		
1	<p>Занятие №1. Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике</p> <p>Роль и место научных исследований в процессе обеспечения подготовки спортивного резерва и спортсменов высокой квалификации.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уровни научных знаний</li> <li>2. Области наук, касающиеся проблем отрасли ФКиС</li> <li>3. Роль результатов научных исследований в подготовке спортивного резерва (примеры) и работе со спортсменами высших разрядов</li> <li>4. Виды научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва</li> <li>5. Оценка функционального состояния и технической подготовленности спортсменов в ИВС с использованием современных средств и методов исследования</li> <li>6. Теппинг тест – его суть и назначение</li> <li>7. Время реакции как метод научного исследования</li> <li>8. Реакция на движущийся объект (РДО) как метод научного исследования</li> <li>9. РВС 170 – его суть и назначение</li> <li>10. Степ тест– его суть и назначение</li> <li>11. Пробы Штанге и Генчи – её суть и назначение</li> <li>12. Ортостатическая проба – её суть и назначение</li> <li>13. Методы и организация оценки функционального состояния организма в ИВС.</li> <li>14. Методы и организация оценки функционального состояния кардиореспираторной системы спортсменов в ИВС.</li> </ol>	2
	<p>Семинар №2. Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике</p> <p>Практическое задание: Определить основную проблему, объект, предмет, цель, гипотезу, задачи, методы и разработать план-проспект научного исследования.</p>	2
	<p>Семинар №3. Современные научные подходы к поиску эффективных</p>	2

	путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в ИВС. Доклады по проблематике магистерских диссертаций (до 5 минут)	
	<p>Занятие №4. Проблематика научных исследований в аспекте подготовки и выступлений в соревнованиях спортивных сборных команд в ИВС с учетом существующих модельных показателей</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проблемы спорта высших достижений и особенности их проявления на современном этапе развития общества;</li> <li>- спортивная наука как инструмент объективизации в познании человеческих возможностей;</li> <li>- современные научные методики и технологии исследования высокого спортивного мастерства в ИВС.</li> <li>- направленность научных исследований в ИВС;</li> <li>- анализ результатов научных исследований в ИВС.</li> </ul>	2
	<p>Занятие №5. Планирование аналитического исследования, направленного на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Информационные ресурсы НГУ им. П.Ф. Лесгафта и их значение в определении проблематики исследования.</li> <li>2. Определение возможности экстраполяции полученных результатов всю генеральную совокупность учащихся.</li> <li>3. Последовательность деятельности магистранта в процессе работы над диссертацией.</li> <li>4. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных развитию физических качеств спортсменов различного уровня подготовленности</li> <li>5. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных обучению и совершенствованию техники соревновательного упражнения</li> <li>6. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных управлению предсоревновательной подготовкой высококвалифицированных спортсменов.</li> </ol> <p>Направленность вопросов письменной работы семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Архитектоника магистерской диссертации</li> <li>2. Объект, предмет и гипотеза исследования в области ФКиС</li> <li>3. Положения, выносимые на защиту</li> <li>4. Организация исследования.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №6. Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях по ИВС.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализ литературы и документальных материалов как метод научного исследования. Способы подбора литературы. Правила представления списка использованной литературы и приведения ссылок в тексте диссертационной работы.</li> <li>2. Педагогическое наблюдение как метод научного исследования.</li> <li>3. Опрос как метод педагогического исследования.</li> <li>4. Инструментальные методики в исследованиях.</li> <li>5. Психомоторика и методы регистрации ее показателей.</li> <li>6. Миотонометрия, акселетрия, гониометрия, телеметрия, тензометрия как методы научного исследования</li> <li>7. Валидность и объективность контрольных испытаний</li> </ol>	2

	<p>8. Организация педагогического эксперимента и формирование опытных групп. Виды экспериментов по организации, системе доказательств.</p> <p>9. Математическая статистика как научный метод анализа и интерпретации результатов исследований</p> <p>10. Логика экстраполяции результатов, полученных на выборке на генеральную совокупность</p> <p>11. Определение возможности экстраполяции полученных результатов всю генеральную совокупность учащихся</p>	
	<p>Занятие №7. Эффективные пути решения современных научных проблем по оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов в ИВС.</p> <p>Практическое задание: подготовить доклад и представить его в сочетании с презентацией на одну из тем:</p> <p>Доклады с презентациями по теме семинара:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективные пути повышения технической сложности соревновательных программ высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- эффективные пути совершенствования технической подготовленности в атлетизме;</li> <li>- пути повышения функциональных возможностей организма высококвалифицированных спортсменов с учетом современных требований в ИВС;</li> <li>- пути повышения специальной выносливости высококвалифицированных спортсменов с учетом современных требований в ИВС;</li> <li>- оптимизация планирования содержания спортивной тренировки высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- пути повышение качества мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- эффективные пути повышения адаптационных возможностей и скорость восстановления высококвалифицированных спортсменов в ИВС в циклах спортивной тренировки.</li> </ul>	2
	<p>Занятие №8. Эффективные пути решения современных научных проблем по оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>Практическое задание: на основе данных сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации разработка практических рекомендаций по оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов в ИВС по одной из предложенных направленностей, оформить в соответствии с требованиями и защитить.</p>	2
	<b>2 семестр</b>	
2	<p>Занятие №1. Содержание и особенности подготовки спортивного резерва в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>Тема семинара: Факторы определяющие содержание и особенности подготовки спортивного резерва в ИВС.</p>	2
	<p>Занятие №2. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>Тема семинара: Физическая и функциональная подготовленность спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки с учетом целевых комплексных программ в ИВС.</p>	2

	<p>Занятие №3. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью.</p> <p>Тема семинара: Техническая подготовленность спортивного резерва и особенности ее развития на различных этапах подготовки с учетом целевых комплексных программ в ИВС.</p>	2
	<p>Занятие №4. Стандартные и рекордные результаты соревновательной деятельности, достигнутые спортсменами спортивных сборных команд Российской Федерации в тяжелой атлетике, гиревому спорту, бодибилдингу, пауэрлифтингу, функциональному многоборью е. Тема семинара: защита реферативной работы на избранную тему.</p>	2
	<p>Занятие №5. Прогнозирование результативности соревновательной деятельности спортивного резерва на основе показателей мониторинга спортивного мастерства.</p> <p>Тема письменной работы: на основе обозначенных показателей мониторинга спортивного мастерства осуществить и представить в письменной форме прогноз результативности соревновательной деятельности спортсменов в ИВС.</p>	2
	<p>Занятие №6. Прогнозирование результативности соревновательной деятельности спортивного резерва на основе показателей мониторинга спортивного мастерства.</p> <p>Тема письменной работы: на основе обозначенных показателей мониторинга спортивного мастерства спортсменов осуществить и представить в письменной форме прогноз результативности соревновательной деятельности в ИВС.</p>	2
	<p>Занятие №7. Прогнозирование результативности соревновательной деятельности спортивного резерва на основе показателей мониторинга спортивной подготовленности</p> <p>Тема письменной работы: разработка прогноза результатов соревновательной деятельности в ИВС на перспективу с учетом показателей спортивной подготовленности спортсмена и тенденций развития спорта.</p>	2
	<p>Занятие №8. Содержание, формы и процедура мониторинга подготовленности спортивного резерва. Комплексный контроль соревновательной деятельности, технико-тактического совершенствования в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содержание мониторинга подготовки спортивного резерва в ИВС;</li> <li>- критерии оценки функционального состояния органов и систем организма высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- мониторинг скоростно-силовой подготовленности высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- мониторинг оценки гибкости высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- мониторинг оценки скоростно-силовых качеств подготовленности высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- мониторинг оценки технической подготовки (фазовый состав) высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> </ul>	2
	<p>Занятие №9. Формы организации учебно-тренировочного процесса мониторинга подготовленности спортивного резерва</p> <p>Вопросы семинара:</p>	2

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формы проведения мониторинга подготовки спортивного резерва в ИВС;</li> <li>- процедура мониторинга подготовленности спортивного резерва в ИВС;</li> <li>- критерии оценки функционального состояния органов и систем организма высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- критерии оценки физической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- критерии оценки технической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в ИВС.</li> </ul>	
	<p>Занятие №10. Проектирование и коррекция содержания процесса подготовки и соревновательной деятельности спортивного резерва Тема практического задания: Проектирование содержания процесса подготовки и соревновательной деятельности спортивного резерва в атлетизме на основе учета данных мониторинга их подготовленности.</p>	2
	<p>Занятие № 11. Мониторинг эффективности подготовки спортивного резерва Анализ эффективности тренировочного процесса на основе учета показателей результативности тренировочного процесса</p>	2
	<p>Занятие №12. Рекомендации по оптимизации процесса подготовки спортивного резерва Разработка практических рекомендаций различной направленности, способствующих повышению эффективности тренировочного процесса и результативности соревновательной деятельности спортсменов спортивного резерва в ИВС.</p>	2
<b>3 семестр</b>		
3.	<p>Занятие №1. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в избранном виде спорта. 1. Анализ результативности соревновательной деятельности спортсменов сборных команд России по ИВС: индивидуальные достижения. 2. Анализ результативности соревновательной деятельности спортсменов сборных команд России по ИВС в различных олимпийских циклах.</p>	2
	<p>Занятие №2. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в ИВС. Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности различных олимпийских циклов и на их основе тенденций развития избранного вида спорта в мире.</p>	2
	<p>Занятие №3. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в ИВС. Основы приобретения и сохранения спортивной формы спортсменов. Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности различных олимпийских циклов и на их основе тенденций развития ИВС в мире. Приобретение и временная утрата спортивной формы</p>	2
	<p>Занятие №4. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности различных олимпийских циклов и на их основе тенденций развития атлетизма в мире.</p>	2
	<p>Занятие №5. Модельные характеристики мастерства</p>	2

<p>высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности различных олимпийских циклов и на их основе тенденций развития атлетизма в мире.</p>	
<p>Занятие №6. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации в ИВС.</p>	2
<p>Занятие №7. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации в контексте требований к освоению тяжелоатлетических упражнений.</p>	2
<p>Занятие №8. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации в контексте требований к освоению классических упражнений пауэрлифтинга.</p>	2
<p>Занятие №9. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации в контексте требований к освоению классических упражнений.</p>	2
<p>Занятие №10. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации в атлетических видов спорта.</p>	2
<p>Занятие №11. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик специальной физической подготовленности спортсменов высокой квалификации в ИВС на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
<p>Занятие №12. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик специальной физической и функциональной подготовленности спортсменов высокой квалификации в ИВС на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
<p>Занятие №13. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме. Методический разбор модельных характеристик технической подготовленности спортсменов высокой квалификации в ИВС на основе</p>	2

	учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.	
	<p>Занятие №14. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в атлетизме.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие «Модель» и «моделирование»</li> <li>2. Виды и направленность моделирования</li> <li>3. Технология моделирования в спорте</li> <li>4. Принципы моделирования</li> <li>5. Требования к моделированию в спорте</li> <li>6. Модельные характеристики соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства</li> <li>7. Модельные характеристики соревновательной деятельности на этапе высшего спортивного мастерства соревновательной деятельности</li> <li>8. Условия и способы коррекции моделей в ИВС.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №15. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Виды прогнозов спортивных достижений сборных команд в ИВС.</li> <li>2. Точность прогнозов спортивных достижений сборной команды в атлетизме.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №16. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Современные подходы к моделированию спортивного мастерства спортсменов сборной команды Российской Федерации в ИВС.</li> <li>2. Современные подходы к моделированию спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.</li> <li>3. Современные подходы к моделированию спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №17. Способы и направленность модельных показателей спортивного мастерства в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристики спортивной тренировки сборных команд Российской Федерации в ИВС на различных этапах подготовки.</li> <li>2. Моделирование тренировочных и соревновательных нагрузок спортсменов сборных команд Российской Федерации в атлетизме.</li> <li>3. Моделирование содержания планов подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме по периодам годовых тренировочных циклов.</li> <li>4. Моделирование долгосрочных планов спортивной подготовки спортсменов высокой квалификации в атлетизме на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №18. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в атлетизме.</p> <p>Практическое задание: Спроектировать модельные показатели спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов в цикле спортивной подготовки с учетом предлагаемой направленности моделирования, оформить в соответствии с требованиями и защитить.</p>	2

	<p>Занятие №19. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в атлетизме.</p> <p>Практическое задание: Спроектировать модельные показатели спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов в цикле спортивной подготовки с учетом предлагаемой направленности моделирования, оформить в соответствии с требованиями и защитить.</p>	2
	<p>Занятие №20. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в атлетизме.</p> <p>Практическое задание: Спроектировать модельные показатели спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов в цикле спортивной подготовки с учетом предлагаемой направленности моделирования, оформить в соответствии с требованиями и защитить.</p>	2
	<p>Занятие №21. Содержание отбора спортсменов в спортивную сборную команду в ИВС с учетом модельных характеристик мастерства.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Средства и методы отбора спортсменов в сборную команду по ИВС с учетом модельных показателей</li> <li>2. Средства и методы отбора спортсменов в сборную команду по ИВС.</li> <li>3. Проблема информативности и диагностической надежности применяемых средств и методов отбора спортсменов в сборную команду и пути ее решения.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №22. Содержание отбора спортсменов в спортивную сборную команду в ИВС с учетом модельных характеристик мастерства.</p> <p>Практическое задание: Разработать рекомендации по оптимизации содержания отбора спортсменов в спортивную сборную команду в ИВС с учетом конкретных модельных характеристик мастерства по заданию преподавателя:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- антропометрических показателей;</li> <li>- физической подготовленности;</li> <li>- технической подготовленности;</li> <li>- функциональной подготовленности;</li> <li>- психологической подготовленности;</li> <li>- интегральной подготовленности.</li> </ul>	2
	<p>Занятие №23. Методики оценки компонентов спортивного мастерства и выявления степени их соответствия модельным показателям сборных команд в атлетизме.</p> <p>Построение и методический разбор и анализ соответствия профилей специальной физической и технической подготовленности высококвалифицированного спортсменов для выполнения классических упражнений на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
	<p>Занятие №24. Методика планирования тренировочных циклов.</p> <p>Практическое задание: тестирование и контроль как основа планирования, основные тесты; регистрация показателей тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов; составление планов на различные периоды тренировки; оперативная коррекция планов подготовки.</p>	2
	<p>Занятие №25. Большие тренировочные циклы.</p> <p>Обсуждение вопросов:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Технология оценки перспективности высококвалифицированных спортсменов индивидуального мастерства и их соответствия целевым показателям.</li> </ol>	2

	<p>2. Технология анализ выполнения плана тренировочных нагрузок и показателей функционального состояния.</p> <p>3. Определение возможность достижения модельных показателей результативности соревновательной деятельности в перспективе.</p> <p>4. Технология оценки перспективности высококвалифицированных спортсменов показателям сердечно-сосудистой системы.</p> <p>5. Технология анализ выполнения плана тренировочных нагрузок и показателей функционального состояния.</p> <p>6. Определение возможность достижения модельных показателей результативности соревновательной деятельности в перспективе.</p> <p>1. Оценка перспективности высококвалифицированных спортсменов и их соответствия целевым показателям этапа совершенствования спортивного мастерства.</p> <p>2. Анализ выполнения плана тренировочных нагрузок и функционального состояния сердечно-сосудистой системы.</p> <p>3. Определение возможность достижения модельных показателей результативности соревновательной деятельности в перспективе.</p>	
	<p>Занятие №26 Технология мониторинга подготовленности и отбора спортивного резерва в сборную команду в атлетизме.</p> <p>Практическое задание:</p> <p>Разработка плана мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов индивидуальных упражнений в годичном макроцикле.</p> <p>Подготовка проекта заключения по мониторингу.</p> <p>Разработка рекомендаций по оптимизации процесса сбора объективных данных об эффективности подготовки, о подготовленности и состоянии высококвалифицированных спортсменов, результативности их соревновательной деятельности с целью повышения точности отбора спортивного резерва в сборную команду в ИВС.</p>	2
	<p>Занятие №27. Планирование содержания и разработка процедуры отбора спортивного резерва в сборную команду в ИВС.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Направленность практических рекомендаций для повышения результативности спортивной подготовки и соревновательной деятельности спортсменов;</p> <p>2. Пути повышения эффективности спортивного отбора.</p> <p>3. Объективизация критериев оценки специальной физической, технической подготовленности высококвалифицированных спортсменов на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
	<p>Занятие №28. Направленность практических рекомендаций для повышения результативности спортивной подготовки и соревновательной деятельности спортсменов в атлетизме.</p> <p>Практическое задание:</p> <p>Разработка рекомендаций по совершенствованию техники высококвалифицированных спортсменов классических упражнений в ИВС на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
<i>4 семестр</i>		
4	<p>Занятие №1 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p>	

	<p>1. Особенности деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку сборных команд России в ИВС.</p> <p>2. Задачи и порядок взаимодействия в спортивных организациях, осуществляющих спортивную подготовку сборных команд России в ИВС.</p> <p>3. Особенности методического, научно-методического и кадрового обеспечения спортивной подготовки сборных команд.</p>	
	<p>Занятие №2 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Организационная структура спортивных сборных команд Российской Федерации в ИВС.</p> <p>2. Отличительные особенности организации спортивной подготовки молодежной и основной сборной команд РФ в ИВС.</p>	2
	<p>Занятие №3 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Особенности подготовки спортивных сборных команд в ИВС в спортивных школах, спортивных школах олимпийского резерва, детско-юношеских спортивных школах, специализированных детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва, региональных центрах спортивной подготовки, центрах олимпийской подготовки, училищах олимпийского резерва.</p> <p>2. Опыт подготовки высококвалифицированных спортсменов в ИВС.</p> <p>3. Пути совершенствования организационной структуры спортивных сборных команд в ИВС с учетом современных тенденций развития спорта.</p>	2
	<p>Занятие №4 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Направленность тренировочных сборов при реализации задач централизованной подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.</p> <p>2. Техническое оснащение залов для учебно-тренировочных занятий сборных команд России в ИВС.</p> <p>3. Виды тренажеров, используемые в тренировке спортсменов сборных команд России в ИВС.</p>	2
	<p>Занятие №5. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Особенности формирования эффективной системы информационно-аналитического обеспечения процессов развития спорта высших достижений.</p> <p>2. Система информационно-аналитического обеспечения процесса подготовки в спорте.</p> <p>3. Особенности применения компьютерных информационных технологий в тренировке спортсменов сборных команд в ИВС.</p> <p>4. Компьютерная диагностика и мониторинг.</p>	2
	<p>Занятие №6 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Экипировка спортивного резерва в атлетизме.</p> <p>2. Система финансирования подготовки спортивного резерва в атлетизме.</p>	2
	<p>Занятие №7 Организационно–управленческие аспекты подготовки</p>	2

	<p>спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Факторы безопасности проведения занятий в атлетизме.</li> <li>2. Типичные травмы, их причины и меры их предупреждения.</li> <li>3. Направленность рекомендаций по профилактике травматизма и перегрузок спортсменов сборных команд в атлетизме.</li> </ol>	
	<p>Занятие №8 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Задачи организационно-педагогического обеспечения занятий.</li> <li>2. Система повышения квалификации специалистов в атлетизме.</li> <li>3. Организационные формы централизованной подготовки в атлетизме.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №9 Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Непрерывный процесс подготовки спортивного резерва.</li> <li>2. Пути реализации программ спортивной подготовки с последовательным переводом спортсменов с одного этапа спортивной подготовки на другой, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки в атлетизме.</li> <li>3. Процесс построения спортивной подготовки сборных команд на этапе совершенствования спортивного мастерства в атлетизме.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №10 Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме. Вопросы для семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Единая педагогическая система, обеспечивающая рациональную преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки.</li> <li>2. Совокупность методологических и организационно-методических установок, подбор и порядок применения средств, методов, организационных форм, материально-технического обеспечения занятий, составление тренировочной документации.</li> <li>3. Стратегия, тактика и техника организации процесса спортивной подготовки в атлетизме.</li> <li>4. Характеристика компонентов целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме и их взаимосвязи.</li> <li>5. Процедура коррекции процесса подготовки на основе учета результативности соревновательной деятельности спортсменов сборных команд в атлетизме.</li> <li>6. Управление предсоревновательной и соревновательной подготовкой в сборных командах в атлетизме.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №11 Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме. Практическое задание: Технология планирования и реализации соревновательной деятельности спортсменов сборных команд в атлетизме.</p>	2

<p>Занятие №12 Научно-методическое обеспечение как условие повышения результативности тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Содержание инфраструктуры научно-технологического обеспечения подготовки сборных команд и их резерва на базе многоцелевых и специализированных по ИВС центров и мобильных групп НТО.</li> <li>2. Планирование деятельности комплексных научных групп сборных команд Российской Федерации в атлетизме.</li> <li>3. Содержание и направленность рекомендаций КНГ по совершенствованию процесса подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации на современном этапе развития ИВС.</li> </ol>	2
<p>Занятие №13. Медико-биологические показатели и особенности механизмов адаптации организма к физическим нагрузкам различной направленности как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Медико-биологические показатели подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.</li> <li>2. Особенности учета медико-биологических показателей в индивидуализации содержания тренировки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.</li> <li>3. Технология оценки подготовленности и соревновательной готовности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме по медико-биологическим показателям.</li> </ol>	2
<p>Занятие №14. Медико-биологические показатели и особенности механизмов адаптации организма к физическим нагрузкам различной направленности как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.</p> <p>Вопросы семинара (письменный опрос):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности механизмов адаптации организма к физическим нагрузкам скоростно-силовой и силовой направленности как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в ИВС</li> <li>2. Особенности механизмов адаптации организма к физическим кардио нагрузкам как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в ИВС</li> <li>3. Особенности учета особенностей адаптации к нагрузкам в индивидуализации содержания тренировки высококвалифицированных атлетов</li> </ol>	2
<p>Занятие №15. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России в атлетизме с учетом реализации целевой комплексной программы.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Процесс медико-биологического сопровождения спортивных сборных команд в атлетизме: <ul style="list-style-type: none"> <li>- медицинское обеспечение;</li> <li>- восстановительные и профилактические мероприятия;</li> <li>- реабилитационные мероприятия.</li> </ul> </li> </ol>	2
<p>Занятие №16. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России в атлетизме с учетом реализации целевой комплексной программы.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p>	2

	1. Особенности организации медико-биологических мероприятий при подготовке высококвалифицированных спортсменов сборных команд по ИВС с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки.	
	Занятие №17. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России в атлетизме с учетом реализации целевой комплексной программы. Вопросы для обсуждения: 1. Спортивное питание: - возмещение энергозатрат; - сбалансированность питания; - обеспечение модельных показателей веса. 2. Особенности организации спортивного питания высококвалифицированных спортсменов в атлетизме с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки.	2
	Занятие №18. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России в атлетизме с учетом реализации целевой комплексной программы. Вопросы для обсуждения: 1. Компоненты фармакологического обеспечения высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме. 2. Особенности организации и проведения фармакологического обеспечения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки	2
	Занятие №19. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России в атлетизме с учетом реализации целевой комплексной программы. Вопросы для обсуждения: 1. Правила WADA 2. Обязанности сотрудников WADA 3. Направленность деятельности сотрудников организации.	2
	Занятие №20. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России в атлетизме с учетом реализации целевой комплексной программы. Вопросы семинара: 1. Содержание антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов в атлетизме. 2. Особенности организации и проведения антидопингового обеспечения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки.	2
	Занятие №21. Формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме. Вопросы для обсуждения: 1. Проектирование процесса реализации мероприятий антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме. 2. Формы контроля качества реализации мероприятий антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме. 3. Виды отчетности по реализации мероприятий антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов	2

<p>сборных команд в атлетизме. 4. Рекомендации по совершенствованию планирования антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p>	
<p>Занятие №22. Формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд России в атлетизме. Практическое задание: Разработать план мероприятий по контролю качества антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p>	2
<p>Занятие №23. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей Вопросы для обсуждения: 1. Конкретизация значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность на предсоревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме. 2. Оценка подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном этапе подготовки на основе конкретных медико-биологических показателей. 3. Рекомендации по сопровождению подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме с учетом полученных показателей.</p>	2
<p>Занятие №24. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей. Вопросы для обсуждения: 1. Конкретизация значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность на соревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме. 2. Оценка подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на соревновательном этапе подготовки на основе конкретных медико-биологических показателей. 3. Рекомендации по сопровождению подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме с учетом полученных показателей.</p>	2
<p>Занятие №25. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей. Вопросы для обсуждения: Особенности проектирования содержания научно-методического сопровождения с учетом значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность спортсменов в атлетизме на предсоревновательном этапе подготовки.</p>	2
<p>Занятие №26. Технология оценки подготовленности</p>	2

	<p>высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности проектирования содержания психологического мониторинга с учетом значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность спортсменов в атлетизме на предсоревновательном этапе подготовки.</p>	
	<p>Занятие №27. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности применения аппаратных, инструментальных и компьютерных технологий для выявления и анализа значимых медико-биологических показателей, характеризующих спортивную подготовленность на предсоревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды в атлетизме.</p>	2
	<p>Занятие №28. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности проектирования содержания гигиенического, фармакологического и медицинского сопровождения с учетом значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность на предсоревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.</p>	2
	<p>Занятие №29. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности проектирования содержания научно-методического сопровождения с учетом значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность на соревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.</p>	2
	<p>Занятие №30. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности проектирования содержания психологического сопровождения с учетом значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность на соревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.</p>	2
	<p>Занятие №31. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов в атлетизме на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности проектирования содержания материально-технического</p>	2

	сопровождения с учетом значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность на соревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов в атлетизме.	
	<p>Занятие №32. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Целевые индикаторы системы медико-биологического и медицинского обеспечения спортсменов сборных команд в атлетизме в олимпийском цикле.</li> <li>2. Перечень и особенности организации мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов в различных циклах (годовой, олимпийский)</li> </ol>	2
	<p>Занятие №33. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общероссийские и международные антидопинговые правила.</li> <li>2. Ответственность Федераций в атлетизме и процедура контроля выполнения антидопинговых правил.</li> <li>3. Ответственность спортсменов и персонала сборных команд в атлетизме за выполнение антидопинговых правил.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №34. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Практическое задание:</p> <p>Разработка алгоритмов реализации мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов сборных команд России в атлетизме в микроцикле.</p>	2
	<p>Занятие №35. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Практическое задание:</p> <p>Разработка алгоритмов реализации мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме в мезоцикле.</p>	2
	<p>Занятие №36. Технология оценки результативности мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Критерии результативности системы медико-биологического и медицинского обеспечения</li> <li>2. Способы оценки результативности углубленного медицинского обследования (УМО) спортсменов сборных команд в атлетизме.</li> <li>3. Способы оценки результативности текущего врачебного контроля спортсменов сборной команды в атлетизме.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №37. Технология оценки результативности мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Содержание процесса оценки результативности мероприятий медико-</li> </ol>	2

	<p>биологического контроля спортсменов сборных команд в атлетизме и последовательность их реализации.</p> <p>2. Факторы, предопределяющие алгоритм оценки эффективности медико-биологического контроля спортсменов сборных команд в атлетизме.</p>	
	<p>Занятие №38. Технология оценки результативности мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки спортсменов сборных команд России в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Содержание процесса оценки результативности антидопинговых мероприятий со спортсменами сборных команд в атлетизме и последовательность их реализации.</p> <p>2. Факторы, предопределяющие алгоритм оценки эффективности антидопингового сопровождения подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме.</p>	2
	<p>Занятие №39. Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Направленность и технология разработки рекомендаций по коррекции мероприятий, направленных на регуляцию и оптимизацию массы тела спортсменов с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки.</p>	2
	<p>Занятие №40. Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Направленность и технология разработки рекомендаций по коррекции мероприятий, направленных на профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки.</p>	2
	<p>Занятие №41. Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Практическое задание:</p> <p>Разработка рекомендаций по коррекции мероприятий, направленных на профилактику иммунодефицита с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки.</p>	2
	<p>Занятие №42. Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Практическое задание:</p> <p>Разработка рекомендаций по коррекции мероприятий, направленных на сохранение и повышение работоспособности высококвалифицированных спортсменов сборных команд в атлетизме с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки различных этапов подготовки.</p>	2
	<p>Занятие №43. Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий по антидопинговому обеспечению подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Письменный опрос на тему: Правила WADA – основной документ, регламентирующий антидопинговое обеспечение подготовки спортсменов спортивных сборных команд в атлетизме, обязанности и направленность</p>	2

	деятельности сотрудников организации.	
	<p>Занятие №44. Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий по антидопинговому обеспечению подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Рекомендации по коррекции стратегического плана образования и информационной доступности сведений, которые регламентируют общероссийские и международные антидопинговые правила, согласно общепринятой нормативно-правовой базе в среде спортсменов и персонала федерации по виду спорта.</p> <p>Рекомендации по коррекции календарного плана антидопинговых информационно-профилактических мероприятий сборных команд в атлетизме в Олимпийском цикле.</p>	2
	<p>Занятие №45. Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий по антидопинговому обеспечению подготовки спортсменов сборных команд в атлетизме.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <p>Рекомендации по коррекции информационно-образовательных программ РУСАДА по профилактике использования допинга в спорте, предназначенных для спортсменов, спортивных врачей, тренеров и персонала спортсменов.</p>	2

## ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
<b>1 семестр</b>		
1	<p>Лекция №1. Роль и место научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и спортсменов высокой квалификации.</p> <p>Инновационные подходы к оценке функционального состояния и технической подготовленности спортсменов высокой квалификации с использованием современных средств, и методов исследования.</p> <p>Направления и темы научно-исследовательской работы в области спорта.</p>	2
<b>2 семестр</b>		
2.	<p>Лекция № 1. Содержание и особенности подготовки спортивного резерва в ИВС</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Итоги выступлений спортсменов сборных команд России в атлетизме и соотношение сил на мировой арене.</li> <li>2. План-прогноз достижений спортсменов сборных команд России в атлетизме.</li> <li>3. Особенности подготовки спортивного резерва в атлетизме с учетом рекордных достижений спортивных сборных команд Российской Федерации.</li> <li>4. Модельные характеристики физической подготовленности и особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</li> <li>5. Модельные характеристики технической подготовленности и особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</li> <li>6. Модельные характеристики психологической подготовленности и</li> </ol>	2

	состояния спортсменов в атлетизме и особенности их учета при реализации целевой комплексной программы.	
	Лекция № 2. Проектирование процесса подготовки спортивного резерва 1. Интегральная подготовка в атлетизме и пути ее совершенствования. 2. Проектирование процесса подготовки спортивного резерва в атлетизме с учетом закономерностей возрастного, биологического развития и тенденций развития вида спорта. 3. Факторы индивидуализации тренировки и особенности их учета в проектировании подготовки спортивного резерва	2
<b>3 семестр</b>		
3	Лекция № 1 Мастерство спортсменов сборных команд Российской Федерации в атлетизме как производная качества подготовки. 1. Способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу. 2. Этапы подготовки сборных команд Российской Федерации в атлетизме. 3. Тренировочные нагрузки спортсменов сборных команд Российской Федерации в атлетизме в олимпийском цикле. 4. Соревновательные нагрузки спортсменов сборных команд Российской Федерации в атлетизме в олимпийском цикле.	2
	Лекция № 2. Особенности планирования многолетней подготовки сборных команд Российской Федерации в атлетизме. 1. Особенности проектирования содержания подготовки сборных команд Российской Федерации в атлетизме с учетом модельных характеристик мастерства. 2. Текущее и оперативное планирование спортивной подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации в атлетизме	2
<b>4 семестр</b>		
	Лекция № 1. Особенности планирования многолетней подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации в атлетизме. 1. План-схема годового цикла подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации в атлетизме в олимпийском цикле. 2. Коррекция планов годового цикла с учетом модельных характеристик и изменения правил соревнований.	2
	Лекция № 2. Инновации в обеспечении процесса подготовки спортсменов сборных команд Российской Федерации в атлетизме. 1. Результативность соревновательной деятельности спортсменов сборных команд России по видам соревнований и видам упражнений в атлетизме в различных Олимпийских циклах. 2. Особенности спортивной тренировки на различных этапах подготовки сборных команд Российской Федерации в атлетизме и инновации ее совершенствования. 3. Современные подходы к определению тренировочных и соревновательных нагрузок спортсменов сборных команд Российской Федерации в атлетизме в олимпийском цикле.	2
<b>5 семестр</b>		
5.	Лекция №1 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме. 1. Организационная структура спортивных сборных команд Российской Федерации в атлетизме. 2. Особенности управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов в сборной команде в атлетизме.	2

3. Компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по ИВС. 4. Технология планирования и коррекции процесса подготовки и соревновательной деятельности спортсменов сборной команды по ИВС. 5. Содержание и организация пред соревновательной и соревновательной подготовки сборной команды Российской Федерации по ИВС.	
--	--

*ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА*

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
	<i>1 семестр</i>	
1	<p>Занятие №1. Проблематика научных исследований в аспекте подготовки и выступлений в соревнованиях спортивных сборных команд в ИВС с учетом существующих модельных показателей Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Информационные ресурсы НГУ им. П.Ф. Лесгафта и их значение в определении проблематики исследования.</li> <li>2. Определение возможности экстраполяции полученных результатов всю генеральную совокупность учащихся.</li> <li>3. Последовательность деятельности магистранта в процессе работы над диссертацией.</li> <li>4. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных развитию физических качеств спортсменов различного уровня подготовленности.</li> <li>5. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных обучению и совершенствованию техники соревновательного упражнения.</li> <li>6. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных управлению предсоревновательной подготовкой спортсменов высших разрядов.</li> </ol> <p>Вопросы семинара:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проблемы спорта высших достижений и особенности их проявления на современном этапе развития общества;</li> <li>- спортивная наука как инструмент объективизации в познании человеческих возможностей;</li> <li>- современные научные методики и технологии исследования высшего спортивного мастерства в ИВС</li> <li>- направленность научных исследований в ИВС;</li> <li>- ретроспективный анализ результатов научных исследований по ИВС.</li> </ul> <p>Занятие №2. Современные научные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в ИВС. Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оценка функционального состояния и технической подготовленности атлетов с использованием современных средств и методов исследования</li> <li>2. Теппинг тест – его суть и назначение</li> <li>3. Время реакции как метод научного исследования</li> <li>4. Реакция на движущийся объект (РДО) как метод научного исследования</li> <li>5. PWC 170 – его суть и назначение</li> <li>6. Степ тест– его суть и назначение</li> <li>7. Пробы Штанге и Генчи – её суть и назначение</li> </ol>	2

<p>8. Ортостатическая проба – её суть и назначение  9. Методы и организация оценки функционального состояния опорно-двигательного аппарата атлетов (ов)  10. Методы и организация оценки функционального состояния кардиореспираторной системы атлетов.  Доклады по обоснованию актуальности тем магистерских диссертаций (до 5 минут)</p>	
<p>Занятие №3. Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике  Вопросы для обсуждения:  1. Уровни научных знаний  2. Области наук, касающиеся проблем отрасли ФКиС  3. Роль результатов научных исследований в подготовке спортивного резерва (примеры) и работе со спортсменами высших разрядов  4. Виды научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва  5. Технология определения противоречий в спортивной педагогике, основной проблемы, объекта, предмета, цели, гипотезы, задач, методов исследования и разработки плана-перспективы научного исследования.  Направленность вопросов письменной работы семинара:  1. Архитектоника магистерской диссертации  2. Объект, предмет и гипотеза исследования в области ФКиС  3. Положения, выносимые на защиту.  Организация исследования</p>	2
<p>Занятие №4. Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборной команды и результативности их выступлений на соревнованиях по ИВС  Вопросы для обсуждения:  1. Анализ литературы и документальных материалов как метод научного исследования. Способы подбора литературы. Правила представления списка использованной литературы и приведения ссылок в тексте диссертационной работы.  2. Педагогическое наблюдение как метод научного исследования.  3. Опрос как метод педагогического исследования.  4. Инструментальные методики в исследованиях.  5. Психомоторика и методы регистрации ее показателей.  6. Миотонометрия, акселерометрия, гониометрия, телеметрия, тензометрия как методы научного исследования  8. Валидность и объективность контрольных испытаний  9. Организация педагогического эксперимента и формирование опытных групп. Виды экспериментов по организации, системе доказательств.  Практическое задание: подготовить доклад и представить его в сочетании с презентацией на одну из тем:  - оптимальность и избыточность специальной физической подготовленности атлетов спортивного резерва в ИВС с учетом современных требований, предъявляемых к соревновательным программам;  - сбалансированность технической подготовленности атлетов спортивного резерва в ИВС с учетом современных требований, предъявляемых к соревновательным программам;  - результативность выступлений спортивной сборной команды России по ИВС на соревнованиях последнего олимпийского цикла подготовки;  - результативность выступлений спортивной сборной команды России по</p>	2

	<p>ИВС на соревнованиях последнего олимпийского цикла подготовки.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- тенденции развития сложности соревновательных программ спортсменов сборной команды России по индивидуальным упражнениям;</li> <li>- тенденции развития соревновательных упражнений спортсменов сборной команды России по индивидуальным упражнениям;</li> <li>- тенденции развития соревновательных нагрузок спортсменов сборной команды России по ИВС (тяжелая атлетика);</li> <li>- тенденции развития соревновательных нагрузок спортсменов сборной команды России по ИВС (пауэрлифтинг) .</li> </ul>	
	<p>Занятие №5. Эффективные пути решения современных научных проблем по оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов в ИВС.</p> <p>Вопросы методического занятия для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Математическая статистика как научный метод анализа и интерпретации результатов исследований</li> <li>2. Логика экстраполяции результатов, полученных на выборке на генеральную совокупность</li> <li>3. Определение возможности экстраполяции полученных результатов всю генеральную совокупность учащихся</li> <li>4. Валидность и объективность контрольных испытаний</li> </ol> <p>Практическое задание: на основе данных сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации разработка практических рекомендаций по оптимизации подготовки высококвалифицированных спортсменов по одной из предложенных направленностей, оформить в соответствии с требованиями и защитить.</p> <p>Доклады с презентациями по теме семинара:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективные пути повышения технической сложности соревновательных программ высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- эффективные пути совершенствования технической подготовленности с предметами упражнений по ИВС;</li> <li>- пути повышения функциональных возможностей опорно-двигательного аппарата высококвалифицированных спортсменов с учетом современных требований;</li> <li>- пути повышения специальной выносливости высококвалифицированных спортсменов с учетом современных требований.</li> <li>- эффективные пути повышения соревновательных упражнений в ИВС;</li> <li>- оптимизация планирования содержания спортивной тренировки высококвалифицированных атлетов;</li> <li>- пути повышение качества мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в ИВС;</li> <li>- эффективные пути повышения адаптационных возможностей и темпов восстановления высококвалифицированных атлетов в циклах спортивной тренировки.</li> </ul>	2
<b>2 семестр</b>		
2	<p>Занятие №1. Содержание и особенности подготовки спортивного резерва в ИВС</p> <p>Тема семинара: Факторы, определяющие содержание и особенности подготовки спортивного резерва в ИВС.</p>	2

<p>Занятие №2. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в ИВС.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Физическая подготовленность спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки с учетом целевой комплексной программы по ИВС.</li> <li>2.Техническая подготовленность спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки с учетом целевой комплексной программы по ИВС.</li> <li>3.Особенности психологической подготовленности спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки с учетом целевой комплексной программы по ИВС.</li> </ol>	2
<p>Занятие №3. Стандартные и рекордные результаты соревновательной деятельности, достигнутые спортсменками спортивной сборной команды Российской Федерации по ИВС.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Итоги выступлений и достижения спортсменов сборной команды Российской Федерации по ИВС.</li> <li>2.Соотношение сил в ИВС на международной арене и тенденции развития в мире.</li> <li>3. Объективизация оценки результатов соревновательной деятельности сборных команд по ИВС.</li> </ol>	2
<p>Занятие №4. Прогнозирование результативности соревновательной деятельности спортивного резерва на основе показателей мониторинга спортивного мастерства.</p> <p>Тема методического занятия: на основе обозначенных показателей мониторинга спортивного мастерства атлетов осуществление прогноза результативности соревновательной деятельности в конкретном виде упражнений индивидуальной программы соревнований.</p>	2
<p>Занятие №5. Содержание, формы и процедура мониторинга подготовленности спортивного резерва в ИВС.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Критерии и методы оценки видов подготовленности и нормативные показатели определения ее уровня.</li> <li>2. Формы, виды мониторинга и технология мониторинга подготовленности спортивного резерва в ИВС.</li> </ol>	2
<p>Занятие №6. Проектирование и коррекция содержания процесса подготовки и соревновательной деятельности спортивного резерва в ИВС.</p> <p>Направленность практических заданий:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проектирование содержания процесса подготовки и соревновательной деятельности спортивного резерва в ИВС на основе учета данных мониторинга их подготовленности.</li> <li>2. Коррекция содержания процесса подготовки атлетов спортивного резерва с учетом результативности соревновательной деятельности, подготовленности и состояния спортсменов.</li> </ol>	2
<p>Занятие №7. Проектирование и коррекция содержания процесса подготовки и соревновательной деятельности спортивного резерва</p> <p>Тема практического задания: Защита проектов процесса подготовки и соревновательной деятельности спортивного резерва в ИВС на основе учета данных мониторинга их подготовленности.</p>	2

	<p>Занятие №8. Мониторинг эффективности подготовки спортивного резерва по ИВС и прогнозирование результативности соревновательной деятельности</p> <p>Темы письменной работы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализ эффективности тренировочного процесса на основе учета показателей результативности тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортивного резерва по ИВС.</li> <li>2. Прогноза результатов соревновательной деятельности в отдельных видах избранного вида спорта на перспективу с учетом показателей спортивной подготовленности спортсменов и тенденций развития.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №9. Рекомендации по оптимизации процесса подготовки спортивного резерва</p> <p>Разработка практических рекомендаций различной направленности, способствующих повышению эффективности тренировочного процесса и результативности соревновательной деятельности спортсменов спортивного резерва по ИВС.</p>	2
	<p>Занятие №10. Рекомендации по оптимизации процесса подготовки спортивного резерва.</p> <p>Защита практических рекомендаций различной направленности, способствующих повышению эффективности тренировочного процесса и результативности соревновательной деятельности спортсменов спортивного резерва по ИВС.</p>	2
<b>3 семестр</b>		
3	<p>Занятие №1. Модельные характеристики технической подготовленности спортсменов высокой квалификации в ИВС .</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Модельные характеристики соревновательной деятельности атлетов спортивной сборной команды России по видам соревнований: - в ИВС: в командном зачете в различных Олимпийских циклах. 2. Модельные показатели технического мастерства. 3. Способы оценки компонентов технического мастерства атлетов сборной команды России в ИВС .</li> </ol>	2
	<p>Занятие №2. Модельные характеристики специальной физической и функциональной подготовленности спортсменов высокой квалификации в ИВС.</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Модельные показатели специальной физической подготовленности спортсменов высокой квалификации в классических упражнениях. 2. Модельные показатели функциональной подготовленности спортсменов высокой квалификации в классических упражнениях. 3. Модельные показатели специальной физической подготовленности спортсменов высокой квалификации ИВС. 4. Модельные показатели функциональной подготовленности спортсменов высокой квалификации ИВС. 5. Способы оценки физических и функциональных кондиций атлетов сборной команды России в ИВС.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №3. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в ИВС.</p> <p>Вопросы для письменного опроса:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Виды прогнозов спортивных достижений сборной команды Российской Федерации по ИВС.</li> <li>2. Точность прогнозов спортивных достижений сборной команды Российской Федерации по ИВС и определяющие ее факторы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- соревновательной деятельности;</li> </ul> </li> </ol>	2

<p>- технической подготовленности; - физической и функциональной подготовленности.</p> <p>4. Современные походы к моделированию техники и спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.</p> <p>5. Современные походы к моделированию техники спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	
<p>Занятие №4. Проектирование модельных показателей различных компонентов спортивного мастерства в ИВС.</p> <p>Практическое задание: Осуществить проектирование модельных показателей одного из компонентов техники спортивного мастерства высококвалифицированных атлетов на текущий олимпийский цикл с обоснованием их информативности.</p>	2
<i>4 семестр</i>	
<p>Занятие №1. Способы и направленность проектирования модельных характеристик техники, а также показателей спортивной подготовки высококвалифицированных спортсменов в ИВС.</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Моделирование тренировочных и соревновательных нагрузок спортсменов сборной команды Российской Федерации по ИВС в олимпийском цикле.</li> <li>2. Моделирование содержания планов подготовки высококвалифицированных атлетов по периодам годовых тренировочных циклов.</li> <li>3. Моделирование долгосрочных планов спортивной подготовки спортсменов высокой квалификации в ИВС на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</li> </ol>	2
<p>Занятие №2. Содержание отбора атлетов в спортивную сборную команду с учетом модельных характеристик спортивного мастерства.</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду по ИВС учетом модельных антропометрических показателей.</li> <li>2. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду по классическим упражнениям по ИВС учетом модельных показателей технической подготовленности.</li> <li>3. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду по ИВС с учетом модельных показателей технической подготовленности.</li> <li>4. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду по ИВС с учетом модельных показателей функциональной подготовленности.</li> </ol>	2
<p>Занятие №3. Содержание отбора атлетов в спортивную сборную команду с учетом модельных характеристик мастерства.</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду по ИВС с учетом модельных антропометрических показателей.</li> <li>2. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду по ИВС с учетом модельных показателей технической подготовленности.</li> <li>3. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду по ИВС с учетом модельных показателей технической подготовленности.</li> <li>4. Конкретизация средств и методов отбора спортсменов в сборную команду по ИВС с учетом модельных показателей функциональной</li> </ol>	2

<p>подготовленности.</p> <p>Занятие №4. Методики оценки технической оснащенности спортивного мастерства и выявления степени их соответствия модельным показателям сборной команды по ИВС.</p> <p>Практические задания методического занятия:</p> <p>1. Разработка профиля специальной физической подготовленности высококвалифицированного спортсмена на основе учёта достижений спортивной науки и выявление степени соответствия профиля физической подготовленности модельным характеристикам.</p> <p>2. Разработка профиля специальной физической подготовленности высококвалифицированного спортсмена на основе учёта достижений спортивной науки (силовые способности) и выявление степени соответствия профиля физической подготовленности модельным характеристикам.</p> <p>3. Разработка профиля специальной физической подготовленности высококвалифицированного спортсмена на основе учёта достижений спортивной науки (координационные способности) и выявление степени соответствия профиля физической подготовленности модельным характеристикам.</p> <p>4. Разработка профиля специальной физической подготовленности высококвалифицированного спортсмена на основе учёта достижений спортивной науки (скоростно-силовых способностей) и выявление степени соответствия профиля физической подготовленности модельным характеристикам.</p> <p>5. Разработка профиля специальной физической подготовленности высококвалифицированного спортсмена на основе учёта достижений спортивной науки (специальная выносливость) и выявление степени соответствия профиля физической подготовленности модельным характеристикам.</p>	2
<p>Занятие №5. Методики оценки спортивного мастерства и технической оснащенности, выявления степени их соответствия модельным показателям сборной команды по ИВС.</p> <p>Практические задания методического занятия:</p> <p>1. Разработка профиля технической подготовленности высококвалифицированного спортсмена и выявление степени соответствия профиля технической подготовленности модельным характеристикам.</p>	2
<p>Занятие №6. Методики оценки спортивного мастерства и технического мастерства, выявления степени их соответствия модельным показателям сборной команды по ИВС.</p> <p>Практические задания семинара:</p> <p>1. Разработка профиля технической подготовленности высококвалифицированного спортсмена в освоении технической подготовленности модельным характеристикам в тяжелой атлетике.</p> <p>2. Разработка профиля технической подготовленности высококвалифицированного спортсмена в освоении элементов технической подготовленности модельным характеристикам в пауэрлифтинге.</p> <p>3. Разработка профиля технической подготовленности высококвалифицированного спортсмена в освоении элементов технической подготовленности модельным характеристикам по гиревому спорту.</p> <p>4. Разработка профиля технической подготовленности высококвалифицированного спортсмена в освоении элементов технической подготовленности модельным характеристикам бодибилдинга.</p> <p>5. Разработка профиля технической подготовленности</p>	2

	высококвалифицированного спортсмена в освоении элементов технической подготовленности модельным характеристикам в функциональном многоборье.	
	<p>Занятие №7. Оценка перспективности спортсменов по ИВС на основе учета соответствия модельным показателям в цикле подготовки.</p> <p>Практические задания семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оценка перспективности высококвалифицированных атлетов 1 года подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства с учетом целевых показателей молодежной команды.</li> <li>2. Оценка перспективности высококвалифицированных атлетов 2 года подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства с учетом целевых показателей молодежной команды.</li> <li>3. Оценка перспективности высококвалифицированных атлетов 3 года подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства с учетом целевых показателей молодежной команды по ИВС.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №8. Оценка перспективности спортсменов по ИВС на основе учета соответствия модельным показателям в цикле подготовки.</p> <p>Практические задания семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оценка перспективности высококвалифицированных атлетов 1 года подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства с учетом целевых показателей молодежной команды.</li> <li>2. Оценка перспективности высококвалифицированных атлетов 2 года подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства с учетом целевых показателей молодежной команды по ИВС.</li> <li>3. Оценка перспективности высококвалифицированных атлетов 3 года подготовки этапа совершенствования спортивного мастерства с учетом целевых показателей молодежной команды.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №9. Оценка перспективности спортсменов по ИВС на основе учета соответствия модельным показателям в цикле подготовки.</p> <p>Практические задания семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анализ выполнения плана тренировочных нагрузок и функционального состояния атлетов индивидуальных и в соответствии с модельными показателями.</li> <li>2. Определение возможность достижения модельных показателей результативности соревновательной деятельности спортсменками в перспективе.</li> </ol>	2
	<p>Занятие №10. Технологии мониторинга подготовленности и отбора спортивного резерва в сборную команду.</p> <p>Практические задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработка плана мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в годичном макроцикле.</li> <li>2. Подготовка проекта заключения по мониторингу подготовленности высококвалифицированных спортсменов индивидуальных и по ИВС в годичном макроцикле.</li> <li>3. Разработка рекомендаций по оптимизации процесса сбора объективных данных об эффективности подготовки и подготовленности высококвалифицированных атлетов, результативности соревновательной деятельности и состоянии спортсменов с целью повышения точности отбора спортивного резерва в сборную команду.</li> </ol>	2
<b>5 семестр</b>		
5	Занятие №1. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по ИВС.	2

<p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организационная структура и отличительные особенности организации спортивной подготовки молодежной и основной сборной команды РФ по ИВС.</li> <li>2. Особенности подготовки спортивных сборных команд по ИВС в спортивных школах, спортивных школах олимпийского резерва, детско-юношеских спортивных школах, специализированных детско-юношеских спортивных школах олимпийского резерва, региональных центрах спортивной подготовки, центрах олимпийской подготовки, училищах олимпийского резерва.</li> <li>3. Система информационно-аналитического обеспечения процесса подготовки и особенности применения компьютерных информационных технологий в тренировке атлетов сборной команды России.</li> </ol>	
<p>Занятие №2. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по ИВС.</p> <p>Вопросы для обсуждения.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Факторы безопасности проведения занятий в ИВС.</li> <li>2. Система повышения квалификации специалистов по избранному виду спорта.</li> <li>3. Организационные формы централизованной подготовки в избранном виде спорта.</li> </ol>	2
<p>Занятие №3 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по ИВС.</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Единая педагогическая система, обеспечивающая рациональную преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки.</li> <li>2. Совокупность методологических и организационно-методических установок, подбор и порядок применения средств, методов, организационных форм, материально-технического обеспечения занятий, составление тренировочной документации.</li> <li>3. Стратегия, тактика и техника организации процесса спортивной подготовки в ИВС.</li> </ol>	2
<p>Занятие №4 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по ИВС.</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика компонентов целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по ИВС и их взаимосвязь.</li> <li>2. Процедура коррекции процесса подготовки на основе учета результативности соревновательной деятельности спортсменов сборной команды по ИВС.</li> </ol> <p>Управление предсоревновательной и соревновательной подготовкой спортсменов в сборной команде.</p>	2
<p>Занятие №5 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по ИВС: содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по ИВС.</p> <p>Практическое задание: разработать программу подготовки спортсменов сборной команды индивидуальных (групповых) упражнений по ИВС.</p>	2

	<p>Занятие №6 Пути повышения результативности спортивной подготовки и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов в ИВС с учетом модельных показателей. Методический разбор вариантов рекомендаций по совершенствованию специальной физической, технической подготовленности высококвалифицированных спортсменов на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
	<p>Занятие №7 Пути повышения результативности спортивной подготовки и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов в ИВС с учетом модельных показателей. Методический разбор вариантов рекомендаций по совершенствованию технической оснащенности высококвалифицированных спортсменов на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
	<p>Занятие №8 Пути повышения результативности спортивной подготовки и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов в ИВС с учетом модельных показателей. Методический разбор вариантов рекомендаций по совершенствованию специальной физической, технической подготовленности высококвалифицированных спортсменов на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
	<p>Занятие №9 Научно-методическое и медико-биологическое обеспечение как условие повышения результативности тренировочной и соревновательной деятельности атлетов. Вопросы семинара: 1. Содержание инфраструктуры научно-технологического обеспечения подготовки сборных команд и их резерва на базе многоцелевых и специализированных по ИВС. 2. Планирование деятельности комплексной научной группы сборной команды Российской Федерации по ИВС. 3. Содержание и направленность рекомендаций КНГ по совершенствованию процесса подготовки спортсменов сборной команды Российской Федерации на современном этапе развития .</p>	2
	<p>Занятие №10 Научно-методическое и медико-биологическое обеспечение как условие повышения результативности тренировочной и соревновательной деятельности атлетов. Вопросы семинара: 1. Процесс медико-биологического сопровождения спортивной сборной команды по ИВС: медицинское обеспечение; восстановительные и профилактические мероприятия; реабилитационные мероприятия. 2. Особенности организации медико-биологических мероприятий при подготовке высококвалифицированных спортсменов сборной команды с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки.</p>	2
	<p>Занятие №11 Медико-биологические показатели и особенности механизмов адаптации организма к физическим нагрузкам различной направленности как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов. Вопросы для обсуждения: 1. Медико-биологические показатели подготовленности высококвалифицированных спортсменов. 2. Спортивное питание: возмещение энергозатрат; сбалансированность питания; обеспечение модельных показателей веса.</p>	2
	<p>Занятие №12 Медико-биологические показатели и особенности</p>	2

	<p>механизмов адаптации организма к физическим нагрузкам различной направленности как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>1. Компоненты фармакологического обеспечения высококвалифицированных спортсменов сборной команды</p> <p>2. Содержание антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов.</p>	
	<p>Занятие №13 Формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <p>1. Проектирование процесса реализации мероприятий антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p> <p>2. Формы контроля качества реализации мероприятий антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p>	2
	<p>Занятие №14 Формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <p>Виды отчетности по реализации мероприятий антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p>	2
	<p>Занятие №15 Формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <p>Целевые индикаторы системы медико-биологического и медицинского обеспечения спортсменов на примере сборной команды России по ИВС в олимпийском цикле.</p>	2
	<p>Занятие №16 Формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <p>1. Критерии результативности системы медико-биологического и медицинского обеспечения</p> <p>2. Способы оценки результативности углубленного медицинского обследования (УМО) и текущего врачебного контроля спортсменов сборной команды.</p>	2
	<p>Занятие №17 Формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды.</p> <p>Вопросы семинара:</p> <p>Факторы, определяющие алгоритм оценки эффективности медико-биологического контроля и антидопинговых мероприятий со спортсменами сборной команды.</p>	2

*Неотъемлемой частью рабочей программы являются приложения. К рабочей программе прилагаются:*

*Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.*

*Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.*

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. Космин, И.В. Система подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта (атлетизм) : учебное пособие по направлению подготовки 49.04.03 – «Спорт» : в 2 ч. Ч. 2 / И.В. Космин, Е.А. Космина ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 88 с.

4. Космин, И.В. Система подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта (атлетизм) : учебное пособие по направлению подготовки 49.04.03 – «Спорт» : в 2 ч. Ч. 1 / И.В. Космин, Е.А. Космина ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 124 с.

5. Олейник, Е.А. Модельные характеристики высококвалифицированных спортсменов в избранных видах спорта : учебное пособие для обучающихся по направлению подготовки 49.04.03 Спорт / Е.А. Олейник ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2024. — 106 с.

6. Организация научно-исследовательской работы магистрантов : практикум / авт.-сост. О. В. Соловьева, Н. М. Борозинец ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016. – 144 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459348>.

7. 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.

8. Технологии научных исследований в физической культуре и спорте : учебник для вузов / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, О. Б. Подоляка, А. А. Артеменков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12321-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/587589>.

9. 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.

10. Шихвердиев, С.Н. Структура и содержание тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов в атлетизме : учебное пособие по направлению подготовки магистратуры 49.04.03 "Спорт" / С.Н. Шихвердиев, А.Х. Талибов ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : Арт-Экспресс, 2023. — 166 с. : ил., табл. — Библиогр.: с. 160–166. — ISBN 978-5-4391-0829-9.

### Дополнительная литература:

1. Виноградов, Г.П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки : учебник / Г.П. Виноградов, И.Г. Виноградов. — Москва : Спорт, 2017. — 406 с. : ил. — Посвящ. 120-летию со дня основания НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Библиогр.: с. 397-400. — ISBN 978-5-906839-30-5.

2. Иорданская, Ф.А. Мониторинг здоровья и функциональная подготовленность высококвалифицированных спортсменов в процессе учебно-тренировочной работы и соревновательной деятельности : [монография] / Ф.А. Иорданская, М.С. Юдинцева. — М. : Сов. спорт, 2006. — 183 с. : ил. — ISBN 5-9718-0161-9.

3. Косьмин, И.В. Научно-методическое сопровождение и технологии спортивной подготовки в атлетизме : учебное пособие по направлению подготовки 49.04.03 / И.В. Косьмин, Е.А. Косьмина ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 87 с.

4. Особенности психологических кризисов и способы их преодоления спортсменами различных специализаций : монография / Г.В. Сытник, С.М. Ашкинази, Вит.В. Андреев, И.А. Воронов ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; Петровская академия наук и искусств. — Москва : Издательский центр АГСПА, 2022. — 215 с. : ил. — Посвящ. 125-летию НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Тираж: 1000 экз. — Библиогр.: с. 131–150. — ISBN 978-5-00166-643-1.

5. Павлов, С.Е. Современные технологии подготовки спортсменов высокой квалификации : [монография] / С.Е. Павлов, А.С. Павлов, Т.Н. Павлова. — 2-е изд., дораб. и доп. — Москва : ОнтоПринт, 2020. — 299 с. : ил. — Библиогр.: с. 296-299. — ISBN 978-5-00121-247-8.

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

7. Теоретические и методические основы подготовки спортсменов высокой квалификации : учебное пособие для слушателей программ дополнительного образования вузов физической культуры / В.С. Левин, А.Н. Таланцев, А.С. Павлов, Д.В. Александров ; Министерство спорта Российской Федерации ; Московская государственная академия физической культуры, Малаховка, Московская область. — Малаховка : [б. и.], 2021. — Электрон. дан. (1 файл). — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. — Библиогр.: с. 104–105. — ISBN 978-5-00063-052-5 : Б. ц. — Текст : электронный.

8. Тимакова, Т.С. Факторы спортивного отбора, или Кто становится олимпийским чемпионом : [монография] / Т.С. Тимакова. — Москва : Спорт, 2018. — 287 с. : ил. — Библиогр. в конце гл. — ISBN 978-5-9500180-5-3.

9. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов : учебник / В.Д. Фискалов. — Москва : Советский спорт, 2010. — 197 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-2462-8. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/225216>.

10. Яковлев, Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности / Б. П. Яковлев. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 312 с. — ISBN 978-5-8114-9700-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/198611>.

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 «Рукопт» <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](https://elibrary.ru/project_risc.asp)

#### **Операционные системы:**

Windows 10 Pro/Windows 10 Pro for Workstations

Windows 7 Professional

Windows 8 Pro

**ОС РОСА "КОБАЛЬТ" десктоп**

#### **Офисные пакеты приложений:**

Office 2007 Suites

Office 2016 for Mac Standard

Office Professional Plus 2010

Office Professional Plus 2013

Office Standard 2010

Office Standard 2013

Office Standard 2016

#### **Мой офис**

##### **Браузеры:**

Google Chrome

Opera

Mozilla Firefox

##### **Chromium**

Internet Explorer

Yandex.Browser

Safari

Pale Moon

Microsoft Edge

##### **Архиваторы:**

7zip

##### **Программы просмотра PDF:**

Adobe Acrobat Reader

Foxit Reader

Sumatra PDF

**Связь:**

Skype

**Распознавание текста и конвертирование файлов:**

Abby fine reader Professional 12

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

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

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

- программное обеспечение: Power Point, Statgraphics, AutoCad, movie edit pro 2002, Video Capture Card;

- инструментарий: динамометр, спирометр, прибор-пульматест;

- диагностическая аппаратура: для оценки функционального состояния спортсмена аппаратурный комплекс «Омега-С»

- для оценки реакции ССС занимающихся на физическую нагрузку диагностический прибор «Polar».

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

Перечень материально-технических средств для проведения занятий семинарского типа.

№п/п	Наименование	Кол-во
1.	Штанга олимпийская с дисками мужская	2
2.	Штанга олимпийская с дисками женская	2
3.	Гантель профессиональная пары (5, 10, 12, 15)	2
4.	Стойка для гантелей (для набора из 10-ти пар)	1
5.	Гиря 32 кг	2
6.	Гиря 24 кг	2
7.	Гиря 16 кг	2
8.	Штанга олимпийская	8
9.	Стойка для дисков	3
10.	Стойка для грифов	1
11.	Стойка для приседаний со штангой	4
12.	Скамья для жима штанги лёжа	2
13.	Помост тяжелоатлетический тренировочный	5
14.	Помост тяжелоатлетический соревновательный	1
15.	Тренажёр «Блок вертикальный для спины»	1
16.	Тренажёр «Блок горизонтальный для спины»	1
17.	Тренажёр «Гиперэкстензия»	1
18.	Тренажёр «Горизонтальный жим штанги»	1
19.	Тренажёр «Гребля»	1
20.	Тренажёр «Для бицепса»	1
21.	Тренажёр «Жим для плеч»	1
22.	Тренажёр «Жим ногами»	1
23.	Тренажёр «Кроссовер»	1
24.	Тренажёр «Лавка для пресса»	1

25.	Тренажёр «Лавка изменения угла»	1
26.	Тренажёр «Наклонный жим штанги»	1
27.	Тренажёр «Пресс брусья»	1
28.	Тренажёр «Пуловер»	1
29.	Тренажёр «Разведение ног сидя»	1
30.	Тренажёр «Сведение ног сидя»	1
31.	Тренажёр «Разгибание ног сидя»	1
32.	Тренажёр «Рама Смита»	1
33.	Тренажёр «Сведение рук сидя»	1
34.	Тренажёр «Сгибание одной ноги стоя»	1
35.	Тренажёр «Сгибание двух ног лёжа»	1
36.	Тренажёр «Скамья Скотта»	1
37.	Тренажёр «Для мышц голени»	1

Авторы-разработчики

\_\_\_\_\_

(подпись)

*Талибов А.Х., заведующий кафедрой, д-р биол. наук,  
доцент*

\_\_\_\_\_

(ФИО, ученое звание, ученая степень, должность)