

**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 тхэквондо и спортивно-боевых единоборств

Рабочая программа дисциплины

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

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы магистратуры по направлению подготовки

49.04.03 СПОРТ

Направленность (профиль):
Спорт и система подготовки спортсменов в избранном виде спорта

Квалификация:
Магистр

Форма обучения:
Очная/заочная

Санкт-Петербург, 2025

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на **1 и 2** курсе по очной форме обучения, на **1 и 3** курсе по заочной форме обучения.

Вид промежуточной аттестации:

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

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

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

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ПК-1.	<p>ПК-1.1. Знает: - Формы и процедуру мониторинга подготовки спортивного резерва; критерии оценки состояния и подготовленности высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: - оценивать уровень результативности подготовки спортивного резерва; - определять способность высококвалифицированных спортсменов показывать наивысшие результаты в условиях соревновательной конкуренции; - выявлять степень избыточности спортивной подготовленности,</p>	<p>Знания: - формы и процедуры мониторинга подготовки спортивного резерва; - критерии оценки состояния и подготовленности высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды.</p> <p>Умения: - оценивать уровень результативности подготовки спортивного резерва; - определять способность высококвалифицированных спортсменов показывать наивысшие результаты в условиях соревновательной конкуренции; - выявлять степень избыточности спортивной подготовленности,</p>

	<p>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>надежности и стабильности соревновательной деятельности;</p> <p>- планировать и разрабатывать процедуру проведения мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта.</p> <p>Навыки:</p> <p>- организации и проведения мониторинга подготовленности спортивного резерва по виду спорта.</p>
ПК-2.	<p>ПК-2.1. Знает: - модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов; - способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям; - способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу; - процедуру отбора в спортивную сборную команду</p> <p>ПК-2.2. Уметь: - применять адекватные методики оценки компонентов мастерства высококвалифицированных спортсменов; - выявлять степень соответствия подготовленности спортсменов модельным показателям спортивной сборной команды в избранном виде спорта; - определять перспективность спортсменов на основе учета целевых показателей цикла подготовки и показателей нагрузок.</p> <p>ПК-2.3. Имеет опыт: - применения технологий мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в виде спорта; - разработки процедуры и организации проведения отбора спортивного резерва в сборную команду по виду спорта.</p>	<p>Знания: - модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям;</p> <p>- способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу;</p> <p>- процедура отбора в спортивную сборную команду.</p> <p>Умения: - применять адекватные методики оценки компонентов мастерства высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- выявлять степень соответствия подготовленности спортсменов модельным показателям спортивной сборной команды в избранном виде спорта;</p> <p>- определять перспективность спортсменов на основе учета целевых показателей цикла подготовки и показателей нагрузок.</p> <p>Навыки: - применения технологий мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в виде спорта;</p> <p>- 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 управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- технологию планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов</p>	<p>Знания:</p> <p>- компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды; - функции и механизмы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- технологию планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированными спортсменами в избранном</p>

	<p>ванными 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>виде спорта; - приемы обеспечения результативности соревновательной деятельности.</p> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проектировать процесс подготовки с учетом целевой комплексной программы подготовки высококвалифицированных спортсменов; - определять направленность и содержание управленческих функций с учетом задач спортивной подготовки и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов; - корректировать содержание процесса подготовки и соревновательной деятельности на основе оперативной оценки состояния высококвалифицированных спортсменов и результативности. <p>Навыки:</p> <p>управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов сборной команды и участия в соревнованиях избранного вида спорта.</p>
ПК-4.	<p>ППК-4.1. Знает: - структуру и технологию аналитических исследований в спортивной педагогике; - современные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - круг проблем подготовки и выступлений в спортивных соревнованиях спортивных сборных команд, встречающийся и избранной сфере профессиональной деятельности; - принципы, формы, методы научного исследования и оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов и результативности подготовки спортсменов сборных команд; - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта), достигнутых профессиональными спортсменами.</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - структуру и технологию аналитических исследований в спортивной педагогике; - современные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта; - круг проблем подготовки и выступлений в спортивных соревнованиях спортивных сборных команд, встречающийся и избранной сфере профессиональной деятельности; - принципы, формы, методы научного исследования и оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов и результативности подготовки спортсменов сборных команд; - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта), достигнутых профессиональными спортсменами. <p>Умения:</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>- планировать аналитические исследования, направленные на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения;</p> <p>- проводить аналитические и экспериментальные исследования с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях.</p> <p>Навыки:</p> <p>- сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации с целью эффективного решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения;</p> <p>- анализа рефератов научных работ, научных трудов конференций, методических пособий и монографий с целью определения их актуальности практической значимости в поиске эффективных подходов к подготовке высококвалифицированных спортсменов.</p>
ПК-5.	<p>ППК-5.1. Знает: - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в избранном виде спорта; актуальный уровень стандартных и 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>Знания:</p> <p>- модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики 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>Умения:</p> <p>- критически анализировать, оценивать опыт подготовки и выступлений на соревнованиях высококвалифицированных спортсменов в из-</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>бранном виде спорта в аспекте актуальных проблем повышения эффективности деятельности;</p> <p>- интерпретировать аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности для выявления перспективных спортсменов в избранном виде спорта;</p> <p>- обосновывать пути совершенствования методики подготовки спортсменов сборных команд в избранном виде спорта с позиций современной теории физической культуры и спорта;</p> <p>- разрабатывать рекомендации по внедрению новейших методик в практику тренировочного и соревновательного процесса с целью повышения эффективности подготовки в спортивных сборных командах в избранном виде спорта;</p> <p>Навыки: - анализа показателей подготовленности и выступлений в спортивных соревнованиях спортсменов сборных команд в избранном виде спорта;</p> <p>- разработки рекомендации по улучшению методики их подготовки спортсменов сборных команд в избранном виде спорта.</p>
ПК-6.	<p>ПК-6.1. Знает:</p> <p>- медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов;</p> <p>- механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности;</p> <p>- особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы;</p> <p>- формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>ПК-6.2. Уметь:</p>	<p>Знания:</p> <p>- медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов в избранном виде спорта;</p> <p>- механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности;</p> <p>- особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы 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>– выделить медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсмена в конкретном виде спорта;</p> <p>- планировать мероприятия медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- анализировать результаты мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- формулировать рекомендации по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>ПК-6.3.</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>-оценки эффективности мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов.</p>	<p>Умения:</p> <p>– выделить медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсмена в избранном виде спорта;</p> <p>- планировать мероприятия медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта;</p> <p>- анализировать результаты мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- формулировать рекомендации по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Навыки:</p> <p>- оценки эффективности мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов.</p>
--	---	---

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

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

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры					
		1	2	3	4	5	
Контактная работа преподавателей с обучающимися	108	12	24	12	24	36	
В том числе:							
Занятия лекционного типа	20	2	4	4	4	2	
Занятия семинарского типа (семинары, методические и практические занятия)		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	
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 тхэквондо	1. Современные перспективные направления в системе подготовки спортсменов-единоборцев. 2. Концепции моделей подготовки, их эволюция, связанная с развитием спортивных единоборств. 3. Инновационные технологии спортивной тренировки в ИВС (тхэквондо).	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

		<p>подготовленности высококвалифицированных спортсменов и результативности подготовки спортсменов сборных команд; - актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта), достигнутых профессиональными спортсменами.</p> <p>Умеет: - планировать аналитические исследования, направленные на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения;</p> <p>- проводить аналитические и экспериментальные исследования с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд и результативности их выступлений на соревнованиях.</p> <p>Имеет опыт: - сбора, анализа, систематизации и интеграции научно-методической информации с целью эффективного решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов;</p> <p>- выявления актуальных современных проблем в избранном виде спорта и способов их решения;</p> <p>- анализа рефератов научных работ, научных трудов конференций, методических пособий и монографий с целью определения их актуальности практической значимости в поиске эффективных подходов к подготовке высококвалифицированных спортсменов.</p>
--	--	--

2.	<p>Основы современной системы подготовки спортсменов в тхэквондо</p>	<p>1. Отбор и спортивная ориентация на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства в тхэквондо</p> <p>2. Критерии спортивного отбора в сборные команды в тхэквондо</p> <p>3. Алгоритмизация комплексного контроля в системе управления подготовкой спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства в тхэквондо с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов.</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>Умеет: - оценивать уровень результативности подготовки спортивного резерва; - определять способность высококвалифицированных спортсменов показывать наивысшие результаты в условиях соревновательной конкуренции; - выявлять степень избыточности спортивной подготовленности, надежности и стабильности соревновательной деятельности; - планировать и разрабатывать процедуру проведения мониторинга подготовки спортивного резерва по виду спорта.</p> <p>Имеет опыт: - организации и проведения мониторинга подготовленности спортивного резерва по виду спорта.</p>
		<p>4. Алгоритм подготовки спортивного резерва в тхэквондо, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p> <p>5. Алгоритм технико-тактической подготовки в тхэквондо на этапах многолетней спортивной подготовки, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p> <p>6. Характеристика структуры двигательных способностей (физических качеств) и требования к уровню их развития в тхэквондо, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p>	<p>Знает: - модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в избранном виде спорта; актуальный уровень стандартных и рекордных результатов соревновательной деятельности (по виду спорта, группе спортивных дисциплин, спортивной дисциплине), достигнутый спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации.</p> <p>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</p>

		<p>7. Алгоритм психологической подготовки в тхэквондо</p> <p>8. Биологическое моделирование специализированных умений в тхэквондо, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p>	<p>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>
3.	Теория и методика подготовки высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо	<p>1. Основные элементы мастерства высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо.</p> <p>2. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо и алгоритм способов оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям.</p> <p>3. Алгоритмизация способов проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу.</p> <p>4. Тренировочные и соревновательные нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>5. Модельные характеристики соревновательной деятельности спортсменов и способы оценки соответствия им.</p> <p>6. Алгоритм этапов и проектирование подготовки сборной команды Российской Федерации по тхэквондо с учетом модельных характеристик мастерства.</p>	<p>Знает: - модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов; - способы оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям; - способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу; - процедуру отбора в спортивную сборную команду</p> <p>Уметь: - применять адекватные методики оценки компонентов мастерства высококвалифицированных спортсменов; - выявлять степень соответствия подготовленности спортсменов модельным показателям спортивной сборной команды в избранном виде спорта; - определять перспективность спортсменов на основе учета целевых показателей цикла подготовки и показателей нагрузок.</p> <p>Имеет опыт: - применения технологий мониторинга подготовленности высококвалифицированных спортсменов в виде спорта; - разработки процедуры и организации проведения отбора спортивного резерва в сборную команду по виду спорта.</p>

		7. Алгоритм годового цикла подготовки спортсменов сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.	
4.	Научно-методическое сопровождение подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо и спортивно-боевых единоборствах.	<p>1. Компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p> <p>2. Функции и механизмы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов по тхэквондо.</p> <p>3. Технология планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо;</p> <p>4. Приемы обеспечения результативности соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо.</p> <p>5. Система финансирования подготовки спортивного резерва в тхэквондо.</p> <p>6. Содержание и организация предсоревновательной и соревновательной подготовки сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>7. Научно-методическое обеспечение подготовки в тхэквондо.</p> <p>8. Медико-биологическое обеспечение подготовки спортсменов в тхэквондо</p> <p>9. Особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки сборной команды по тхэквондо.</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> <ul style="list-style-type: none"> - проектировать процесс подготовки с учетом целевой комплексной программы подготовки высококвалифицированных спортсменов; - определять направленность и содержание управленческих функций с учетом задач спортивной подготовки и соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов; - корректировать содержание процесса подготовки и соревновательной деятельности на основе оперативной оценки состояния высококвалифицированных спортсменов и результативности. <p>Имеет опыт: управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов сборной команды и участия в соревнованиях избранного вида спорта.</p> <p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов; - механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам различной направленности; - особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы; - формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-

			<p>биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выделить медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсмена в конкретном виде спорта; - планировать мероприятия медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов; - анализировать результаты мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов; - формулировать рекомендации по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценки эффективности мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов.
--	--	--	---

4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
<i>1</i>	<i>1 семестр</i>	
	<p>Лекция № 1. Методологические аспекты построения теории и современных знаний в системе подготовки спортсменов в тхэквондо. Нано технологии и инновационные методики спортивной тренировки в ИВС (тхэквондо и спортивно-боевых единоборствах).</p> <p>Роль и место научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и спортсменов высшей квалификации. Для управления (целенаправленного воздействия в соответствии с принципами спортивной тренировки) подготовкой, как спортивного резерва, так и спортсменов элитного уровня, необходимо использовать арсенал средств и методов из области спортивной физиологии, спортивной биомеханики, спортивной психологии, спортивной медицины, спортивной биохимии и др. наук, при руководящем и интегрирующем началом спортивного педагога.</p>	2

	Лекция №2. Современная система подготовки в тхэквондо. Инновационные подходы к оценке функционального состояния и технической подготовленности спортсменов высокой квалификации с использованием современных средств и методов исследования.	2
	Лекция № 3. Закономерности адаптации организма спортсмена в тхэквондо к специфическим условиям двигательной деятельности. Направления и темы научно-исследовательской работы в области ФКиС.	2
	Лекция № 4. Структура многолетней спортивной подготовки и факторы, ее определяющие в тхэквондо. 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
	<i>2 семестр</i>	
2.	Лекция № 1. Отбор и спортивная ориентация на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства в тхэквондо 1. Критерии спортивного отбора в сборные команды в тхэквондо. Алгоритмизация комплексного контроля в системе управления подготовкой спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства в тхэквондо с учетом целевой комплексной программы и закономерностей возрастного, биологического развития спортсменов	2
	Лекция № 2. Современная система подготовки спортивного резерва в тхэквондо.	2
	Лекция № 3. Основы современной системы подготовки спортсменов в тхэквондо. 1. Алгоритм технико-тактической подготовки в тхэквондо на этапах многолетней спортивной подготовки, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва. 2. Характеристика структуры двигательных способностей (физических качеств) и требования к уровню их развития в тхэквондо, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва. 3. Алгоритм психологической подготовки в тхэквондо 4. Методики комплексной оценки психологического статуса и состояния готовности высококвалифицированного спортсмена на этапах многолетней подготовки.	2

	<p>Лекция № 4. Алгоритм подготовки спортивного резерва в тхэквондо, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва Проектирование процесса подготовки спортивного резерва:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Интегральная подготовка в и пути ее совершенствования. 2. Проектирование процесса подготовки спортивного резерва с учетом закономерностей возрастного, биологического развития и тенденций развития тхэквондо. 3. Факторы индивидуализации тренировки и особенности их учета в проектировании подготовки спортивного резерва. <p>Биологическое моделирование специализированных умений в тхэквондо, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва.</p>	2
	3 семестр	
3.	<p>Лекция №1. Основные элементы мастерства высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо. 2. Алгоритм способов оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям. 	2
	<p>Лекция № 2 Алгоритмизация способов проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тренировочные и соревновательные нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации по тхэквондо. 2. Модельные характеристики соревновательной деятельности спортсменов и способы оценки соответствия им. 3. Способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу. 4. Этапы подготовки сборной команды Российской Федерации по тхэквондо. 5. Тренировочные нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации по тхэквондо. 6. Соревновательные нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации по тхэквондо. 	2
	<p>Лекция № 3. Алгоритм этапов и проектирование подготовки сборной команды Российской Федерации по тхэквондо с учетом модельных характеристик мастерства.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности проектирования содержания подготовки сборной команды Российской Федерации с учетом модельных характеристик мастерства. 2. Планирование спортивной подготовки сборной команды Российской Федерации по тхэквондо. 	2
	<p>Лекция № 4. Алгоритм годового цикла подготовки спортсменов сборной команды Российской Федерации по тхэквондо</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. План-схема годового цикла подготовки спортсменов сборной команды Российской Федерации. 2. Коррекция планов годового цикла с учетом модельных характеристик и изменения правил соревнований. 	2
	4 семестр	
4.	<p>Лекция №1 Компоненты целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p>	2

	<p>1. Организационная структура спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>2. Техническое оснащение залов для тренировочных занятий и экипировка спортивного резерва по тхэквондо.</p> <p>3. Система финансирования подготовки спортивного резерва по тхэквондо.</p>	
	<p>Лекция №2 Содержание и организация предсоревновательной и соревновательной подготовки сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>1. Функции и механизмы управления подготовкой высококвалифицированных спортсменов по тхэквондо;</p> <p>2. Технология планирования и реализации соревновательной деятельности высококвалифицированных спортсменов по тхэквондо.</p>	2
	<p>Лекция №4</p> <p>Медико-биологическое обеспечение подготовки спортсменов в тхэквондо.</p> <p>1. Медико-биологическое, медицинское и антидопинговое обеспечение сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>2. Медико-биологические показатели, характеризующие подготовленность спортсменов.</p> <p>3. Особенности организации и проведения мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки сборной команды по тхэквондо.</p>	2

ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1 семестр		
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 в тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Уровни научных знаний</p> <p>Области наук, касающиеся проблем отрасли ФКиС</p> <p>Роль результатов научных исследований в подготовке спортивного резерва (примеры) и работе со спортсменами высших разрядов.</p> <p>Виды научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва</p> <p>Комплексная научная группа: ее роль и задачи. Формирование комплексной научной группы для проведения исследований. Распределение обязанностей.</p>	2
	<p>Занятие №2. Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Материально-техническая база научных исследований- аппаратные методики, видеоанализ двигательных действий, мобильные лаборатории и т.д.</p> <p>Оценка функционального состояния и технической подготовленности с использованием современных средств и методов исследования</p>	2

	<p>Теппинг тест – его суть и назначение Время реакции как метод научного исследования Реакция на движущийся объект (РДО) как метод научного исследования PWC 170 – его суть и назначение Степ тест– его суть и назначение Пробы Штанге и Генчи – её суть и назначение Ортостатическая проба – её суть и назначение Методы и организация оценки функционального состояния опорно-двигательного аппарата Методы и организация оценки функционального состояния кардиореспираторной системы Анализ ДНК– его суть и назначение Практическая часть: Проведение научных исследований на УТС, соревнованиях: особенности и варианты измерений Проведение научных исследований на тренировочных мероприятиях и соревнованиях. Выбор средств и методов исследования. Расположение оборудования и измерительной аппаратуры</p>	
	<p>Семинар №3. Структура, содержание и технология аналитических исследований в спортивной педагогике. Практическое задание: Определить основную проблему, объект, предмет, цель, гипотезу, задачи, методы и разработать план-проспект научного исследования.</p>	2
	<p>Семинар №4. Современные научные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо. Доклады по темам магистерских диссертаций (до 5 минут).</p>	2
	<p>Занятие №5. Проблематика научных исследований в аспекте подготовки и выступлений в соревнованиях спортивных сборных команд с учетом существующих модельных показателей. Вопросы для обсуждения: Информационные ресурсы НГУ им. П.Ф. Лесгафта и их значение в определении проблематики исследования; Определение возможности экстраполяции полученных результатов всю генеральную совокупность учащихся; Последовательность деятельности магистранта в процессе работы над диссертацией; Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных развитию физических качеств спортсменов различного уровня подготовленности в тхэквондо; Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных совершенствованию техники и тактики соревновательной деятельности в тхэквондо Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных управлению предсоревновательной подготовкой; Вопросы семинара: - проблемы спорта высших достижений и особенности их проявления на современном этапе развития общества; - спортивная наука как инструмент объективизации в познании человеческих возможностей; - современные научные методики и технологии исследования высшего спортивного мастерства; - направленность научных исследований; - ретроспективный анализ результатов научных исследований.</p>	2

	<p>Занятие №6. Планирование аналитического исследования, направленного на выявление актуальных проблем повышения эффективности подготовки высококвалифицированных спортсменов и путей их решения. Направленность вопросов письменной работы семинара: Архитектоника магистерской диссертации Объект, предмет и гипотеза исследования в области ФКиС Положения, выносимые на защиту Организация исследования</p>	2
	<p>Занятие №7. Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборных команд в тхэквондо Вопросы для обсуждения: Анализ литературы и документальных материалов как метод научного исследования. Способы подбора литературы. Правила представления списка использованной литературы и приведения ссылок в тексте диссертационной работы. Педагогическое наблюдение как метод научного исследования. Опрос как метод педагогического исследования. Инструментальные методики в исследованиях. Психомоторика и методы регистрации ее показателей. 8. Валидность и объективность контрольных испытаний Организация педагогического эксперимента и формирование опытных групп. Виды экспериментов по организации, системе доказательств.</p>	2
	<p>Занятие №8. Содержание аналитических и экспериментальных исследований с целью поиска эффективных подходов повышения подготовленности спортсменов сборной команды и результативности их выступлений на соревнованиях по тхэквондо Практическое задание: подготовить доклад и представить его в сочетании с презентацией на одну из тем: - оптимальность и избыточность специальной физической подготовленности спортивного резерва в тхэквондо с учетом современных требований, предъявляемых к спортсменам в процессе соревновательной деятельности; - оптимальная техническая подготовленность спортивного резерва в тхэквондо с учетом современных требований, предъявляемых к спортсменам в процессе соревновательной деятельности; - результативность выступлений спортивной сборной команды России по в тхэквондо на соревнованиях последнего олимпийского цикла подготовки; - тенденции усложнения соревновательной деятельности спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p>	2
2 семестр		
2	<p>Занятие №1. Содержание и особенности подготовки спортивного резерва в тхэквондо Тема семинара: Факторы, определяющие содержание и особенности подготовки спортивного резерва в тхэквондо.</p>	2
	<p>Занятие №2. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в тхэквондо Тема семинара: Физическая и функциональная подготовленность спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки</p>	2
	<p>Занятие №3. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в тхэквондо</p>	2

Тема семинара: Техничко-тактическая подготовленность спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки.	
Занятие №4. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в тхэквондо Тема семинара: Интегральная подготовленность спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки по тхэквондо	2
Занятие №5. Стандартные и рекордные результаты соревновательной деятельности, достигнутые спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации Тема семинара: защита реферативной работы на избранную тему.	2
Занятие №6. Прогнозирование результативности соревновательной деятельности спортивного резерва на основе показателей мониторинга спортивного мастерства. Тема письменной работы: на основе обозначенных показателей мониторинга спортивного мастерства спортсменов осуществить и представить в письменной форме прогноз результативности соревновательной деятельности.	2
Занятие №7. Прогнозирование результативности соревновательной деятельности спортивного резерва на основе показателей мониторинга спортивного мастерства. Тема письменной работы: на основе обозначенных показателей мониторинга спортивного мастерства и представить в письменной форме прогноз результативности соревновательной деятельности.	2
Занятие №8. Прогнозирование результативности соревновательной деятельности спортивного резерва на основе показателей мониторинга спортивной подготовленности Тема письменной работы: разработка прогноза результатов соревновательной деятельности в различных дисциплинах тхэквондо на дальнюю перспективу, с учетом показателей спортивной подготовленности спортсменов в виде спорта.	2
Занятие №9. Содержание, формы и процедура мониторинга подготовленности спортивного резерва. Вопросы для обсуждения: - содержание мониторинга подготовки спортивного резерва в тхэквондо; - критерии оценки функционального состояния органов и систем организма высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо; - мониторинг скоростно-силовой подготовленности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо; - мониторинг оценки гибкости высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо; - мониторинг оценки координационной подготовленности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо; - мониторинг оценки технико-тактической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо;	2
Занятие №10. Содержание, формы и процедура мониторинга подготовленности спортивного резерва в тхэквондо Вопросы семинара: - формы проведения мониторинга подготовки спортивного резерва в тхэквондо; - процедура мониторинга подготовленности спортивного резерва в тхэквондо;	2

	<ul style="list-style-type: none"> - критерии оценки функционального состояния органов и систем организма высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо; - критерии оценки физической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо. 	
	<p>Занятие №11. Проектирование и коррекция содержания процесса подготовки и соревновательной деятельности спортивного резерва Тема практического задания: Проектирование содержания процесса подготовки и соревновательной деятельности спортивного резерва в тхэквондо на основе учета данных мониторинга их подготовленности.</p>	2
	<p>Занятие №12. Проектирование и коррекция содержания процесса подготовки и соревновательной деятельности спортивного резерва Тема практического задания: Коррекция содержания процесса подготовки спортивного резерва с учетом результативности соревновательной деятельности, подготовленности и состояния спортсменов</p>	2
3 семестр		
3.	<p>Занятие №1. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Анализ результативности соревновательной деятельности спортивной сборной России. Анализ результативности соревновательной деятельности спортивной сборной России в различных Олимпийских циклах.</p>	2
	<p>Занятие №2. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов. Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности.</p>	2
	<p>Занятие №3. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов. Определение модельных характеристик соревновательной деятельности.</p>	2
	<p>Занятие №4. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности.</p>	2
	<p>Занятие №5. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности.</p>	2
	<p>Занятие №6. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности.</p>	2
	<p>Занятие №7. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации.</p>	2
	<p>Занятие №8. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации.</p>	2
	<p>Занятие №9. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации в контексте требований.</p>	2

	Занятие №10. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации.	2
	Занятие №11. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Методический разбор модельных характеристик спортсменов высокой квалификации.	2
	Занятие №12. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Методический разбор модельных характеристик специальной физической подготовленности спортсменов высокой квалификации основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.	2
	Занятие №13. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Методический разбор модельных характеристик специальной физической и функциональной подготовленности спортсменов высокой квалификации на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.	2
	Занятие №14. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо. Методический разбор модельных характеристик физической подготовленности спортсменов высокой квалификации в тхэквондо на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.	2
	Занятие №15. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо Вопросы семинара: Понятие «Модель» и «моделирование» Виды и направленность моделирования Технология моделирования в спорте Принципы моделирования Требования к моделированию в спорте Модельные характеристики соревновательной деятельности на этапе совершенствования спортивного мастерства. Модельные характеристики соревновательной деятельности на этапе высшего спортивного мастерства соревновательной деятельности Условия и способы коррекции моделей в тхэквондо.	2
	Занятие №16. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в тхэквондо Вопросы для обсуждения: Виды прогнозов спортивных достижений сборной команды Российской Федерации по тхэквондо. Точность прогнозов спортивных достижений сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.	2
	Занятие №17. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в тхэквондо Вопросы для обсуждения: 1.Современные подходы к моделированию компонентов спортивного мастерства спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.	2

	<p>2. Современные походы к моделированию компонентов спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства.</p> <p>3. Современные походы к моделированию компонентов спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	
	<p>Занятие №18. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в тхэквондо</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Характеристики спортивной тренировки сборной команды Российской Федерации по в тхэквондо на различных этапах подготовки как компонент модели спортивного мастерства высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>2. Моделирование тренировочных и соревновательных нагрузок спортсменов сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>3. Моделирование содержания планов подготовки высококвалифицированных спортсменов по периодам годовых тренировочных циклов.</p> <p>4. Моделирование долгосрочных планов спортивной подготовки спортсменов высокой квалификации в тхэквондо и на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
	<p>Занятие №19. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в тхэквондо</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 тхэквондо.</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. Способы и направленность проектирования модельных показателей спортивного мастерства в тхэквондо.</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 №22. Содержание отбора спортсменов в спортивную сборную команду с учетом модельных характеристик мастерства.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Средства и методы отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей</p> <p>Средства и методы отбора спортсменов в сборную команду с учетом модельных показателей</p> <p>Проблема информативности и диагностической надежности применяемых средств и методов отбора спортсменов в сборную команду и пути ее решения.</p>	2

	<p>Занятие №23. Содержание отбора спортсменов в спортивную сборную команду с учетом модельных характеристик мастерства</p> <p>Практическое задание: Разработать рекомендации по оптимизации содержания отбора спортсменов в спортивную сборную команду с учетом конкретных модельных характеристик мастерства спортсменов по заданию преподавателя:</p> <ul style="list-style-type: none"> - антропометрических показателей; - физической подготовленности; - технико-тактической подготовленности; - функциональной подготовленности; - психологической подготовленности; - надежности соревновательной деятельности. 	2
	<p>Занятие №24. Методики оценки компонентов спортивного мастерства и выявления степени их соответствия модельным показателям сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Построение и методический разбор и анализ соответствия профилей специальной физической и технико-тактической подготовленности высококвалифицированного тхэквондиста на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
	<p>Занятие №25. Методики оценки компонентов спортивного мастерства и выявления степени их соответствия модельным показателям сборной команды по тхэквондо</p> <p>Построение и методический разбор профилей специальной физической и технико-тактической подготовленности высококвалифицированного спортсмена на основе учёта достижений спортивной науки и новейших информационных технологий.</p>	2
	<p>Занятие №26. Методики оценки компонентов спортивного мастерства и выявления степени их соответствия модельным показателям сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Практическое задание: Выявление степени соответствия профилей технико-тактической подготовленности высококвалифицированных спортсменов. Выявление степени соответствия профилей специальной физических качеств высококвалифицированных спортсменов модельным характеристикам.</p>	2
	<p>Занятие №27. Методики оценки компонентов спортивного мастерства и выявления степени их соответствия модельным показателям сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Практическое задание: Выявление степени соответствия профилей подготовленности высококвалифицированных спортсменов. Выявление степени соответствия профилей специальных физических способностей высококвалифицированных спортсменов модельным характеристикам.</p>	2

	<p>Занятие №28. Оценка перспективности спортсменов на основе учета целевых показателей цикла подготовки и показателей нагрузок в тхэквондо.</p> <p>Обсуждение вопросов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Технология оценки перспективности высококвалифицированных спортсменов. 2. Технология анализ выполнения плана тренировочных нагрузок и показателей функционального состояния. 3. Определение возможность достижения модельных показателей результативности соревновательной деятельности в перспективе. 4. Технология оценки перспективности высококвалифицированных спортсменов. 5. Технология анализа выполнения плана тренировочных нагрузок и показателей функционального состояния. 6. Определение возможности достижения модельных показателей результативности соревновательной деятельности в перспективе. 	2
4 семестр		
4	<p>Занятие №1 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку сборной команды России по тхэквондо. 2. Задачи и порядок взаимодействия в спортивных организациях, осуществляющих спортивную подготовку сборной команды России по тхэквондо. 3. Особенности методического, научно-методического и кадрового обеспечения спортивной подготовки сборной команды. 	
	<p>Занятие №2 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Организационная структура спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Специфика организации спортивной подготовки молодежной и основной сборной команды РФ по тхэквондо.</p>	2
	<p>Занятие №3 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности подготовки спортивных сборных команд по тхэквондо 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>Опыт подготовки высококвалифицированных спортсменов за рубежом.</p> <p>Пути совершенствования организационной структуры спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо с учетом современных тенденций развития спорта.</p>	2
	<p>Занятие №4 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p>	2

	<p>1. Направленность тренировочных сборов при реализации задач централизованной подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>2. Техническое оснащение залов для учебно-тренировочных занятий сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>3. Виды тренажеров, используемые в тренировке спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p>	
	<p>Занятие №5. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</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 тхэквондо.</p> <p>3. Особенности применения компьютерных информационных технологий в тренировке сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>4. Компьютерная диагностика и мониторинг.</p>	2
	<p>Занятие №6 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Экипировка спортивного резерва в тхэквондо.</p> <p>2. Система финансирования подготовки спортивного резерва тхэквондо.</p>	2
	<p>Занятие №7 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Факторы безопасности проведения занятий в тхэквондо.</p> <p>Типичные травмы, их причины и меры их предупреждения.</p> <p>3. Направленность рекомендаций по профилактике травматизма и перегрузок спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p>	2
	<p>Занятие №8 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Задачи организационно-педагогического обеспечения занятий.</p> <p>2. Система повышения квалификации специалистов по избранному виду спорта.</p> <p>3. Организационные формы централизованной подготовки в избранном виде спорта.</p>	
	<p>Занятие №9 Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Непрерывный процесс подготовки спортивного резерва.</p> <p>Пути реализации программ спортивной подготовки с последовательным переводом спортсменов с одного этапа спортивной подготовки на другой, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по тхэквондо.</p> <p>Процесс построения спортивной подготовки сборной команды на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	2
	<p>Занятие №10 Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <p>Единая педагогическая система, обеспечивающая рациональную преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки.</p>	2

	<p>Совокупность методологических и организационно-методических установок, подбор и порядок применения средств, методов, организационных форм, материально-технического обеспечения занятий, составление тренировочной документации.</p> <p>Стратегия, тактика и техника организации процесса спортивной подготовки.</p> <p>Характеристика компонентов целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды и их взаимосвязи.</p> <p>Процедура коррекции процесса подготовки на основе учета результативности соревновательной деятельности спортсменов сборной команды.</p> <p>Управление предсоревновательной и соревновательной подготовкой в сборной команде Российской Федерации.</p>	
	<p>Занятие №11 Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Практическое задание: Технология планирования и реализации соревновательной деятельности спортсменов сборной команды Российской Федерации.</p>	2
	<p>Занятие №12 Научно-методическое обеспечение как условие повышения результативности тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Содержание инфраструктуры научно-технологического обеспечения подготовки сборных команд и их резерва.</p> <p>Планирование деятельности комплексной научной группы сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Содержание и направленность рекомендаций по совершенствованию процесса подготовки спортсменов сборной команды Российской Федерации на современном этапе развития тхэквондо.</p>	2
	<p>Занятие №13. Медико-биологические показатели и особенности механизмов адаптации организма к физическим нагрузкам различной направленности как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Медико-биологические показатели подготовленности высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Особенности учета медико-биологических показателей в индивидуализации спортсменов</p> <p>Технология оценки подготовленности и соревновательной готовности высококвалифицированных спортсменов по медико-биологическим показателям</p>	2
	<p>Занятие №14. Медико-биологические показатели и особенности механизмов адаптации организма к физическим нагрузкам различной направленности как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Вопросы семинара (письменный опрос):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности механизмов адаптации организма к физическим нагрузкам скоростно-силовой и силовой направленности как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов. 2. Особенности механизмов адаптации организма к физическим кардио нагрузкам как критерии оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов. 	2

	3. Особенности учета особенностей адаптации к нагрузкам в индивидуализации содержания тренировки высококвалифицированных спортсменов.	
	<p>Занятие №15. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России с учетом реализации целевой комплексной программы.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Процесс медико-биологического сопровождения спортивной сборной команды:</p> <ul style="list-style-type: none"> - медицинское обеспечение; - восстановительные и профилактические мероприятия; - реабилитационные мероприятия. 	2
	<p>Занятие №16. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России с учетом реализации целевой комплексной программы.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Особенности организации медико-биологических мероприятий при подготовке высококвалифицированных спортсменов сборной команды России с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки</p>	2
	<p>Занятие №17. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России с учетом реализации целевой комплексной программы.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Спортивное питание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - возмещение энергозатрат; - сбалансированность питания; - обеспечение модельных показателей веса. <p>2. Особенности организации спортивного питания высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки</p>	2
	<p>Занятие №18. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России с учетом реализации целевой комплексной программы.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Компоненты фармакологического обеспечения высококвалифицированных спортсменов сборной команды.</p> <p>2. Особенности организации и проведения фармакологического обеспечения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки</p>	2
	<p>Занятие №19. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России с учетом реализации целевой комплексной программы.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Правила WADA</p> <p>Обязанности сотрудников WADA</p> <p>3. Направленность деятельности сотрудников организации.</p>	2

	<p>Занятие №20. Медико-биологическое и антидопинговое сопровождение высококвалифицированных спортсменов сборной команды России с учетом реализации целевой комплексной программы</p> <p>Вопросы семинара:</p> <p>Содержание антидопингового сопровождения высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо</p> <p>Особенности организации и проведения антидопингового обеспечения высококвалифицированных спортсменов с учетом реализации целевой комплексной программы подготовки.</p>	2
	<p>Занятие №21. Формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Проектирование процесса реализации мероприятий антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p> <p>Формы контроля качества реализации мероприятий антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p> <p>Виды отчетности по реализации мероприятий антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p> <p>Рекомендации по совершенствованию планирования антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p>	2
	<p>Занятие №22. Формы контроля и виды отчетности по реализации мероприятий медико-биологического и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p> <p>Практическое задание:</p> <p>Разработать план мероприятий по контролю качества антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p>	2
	<p>Занятие №23. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Конкретизация значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность на предсоревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Оценка подготовленности высококвалифицированных спортсменов на предсоревновательном этапе подготовки на основе конкретных медико-биологических показателей.</p> <p>Рекомендации по сопровождению подготовки высококвалифицированных спортсменов с учетом полученных показателей</p>	2
	<p>Занятие №24. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p>	2

	<p>Конкретизация значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность на соревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Оценка подготовленности высококвалифицированных спортсменов на соревновательном этапе подготовки на основе конкретных медико-биологических показателей.</p> <p>Рекомендации по сопровождению подготовки высококвалифицированных спортсменов с учетом полученных показателей.</p>	
	<p>Занятие №25. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов 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 предсоревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов</p>	2
	<p>Занятие №26. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов 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 на предсоревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов</p>	2
	<p>Занятие №27. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов 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 России.</p>	2
	<p>Занятие №28. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов 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</p>	2
	<p>Занятие №29. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов 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</p>	2

	<p>Занятие №30. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов 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.</p>	2
	<p>Занятие №31. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов на предсоревновательном и соревновательном этапах подготовки на основе анализа медико-биологических показателей</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности проектирования содержания материально-технического сопровождения с учетом значимых медико-биологических показателей, характеризующих подготовленность на соревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p>	2
	<p>Занятие №32. Технология оценки подготовленности высококвалифицированных спортсменов 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 соревновательном этапе подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p>	2
	<p>Занятие №33. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Целевые индикаторы системы медико-биологического и медицинского обеспечения спортсменов сборной команды России.</p> <p>Перечень и особенности организации мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов в различных циклах (годовой, олимпийский)</p>	2
	<p>Занятие №34. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Общероссийские и международные антидопинговые правила.</p> <p>Ответственность федераций российского и регионального уровня по тхэквондо. Процедура контроля выполнения антидопинговых правил.</p> <p>Ответственность спортсменов и персонала сборной команды России по тхэквондо за выполнение антидопинговых правил.</p>	2
	<p>Занятие №35. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Технология разработки алгоритма реализации мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов в циклах подготовки</p>	2

	<p>Занятие №36. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>Практическое задание: Разработка алгоритмов реализации мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов сборной команды России по тхэквондо в микроцикле.</p>	2
	<p>Занятие №37. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>Практическое задание: Разработка алгоритмов реализации мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов сборной команды России по тхэквондо в мезоцикле</p>	2
	<p>Занятие №38. Планирование мероприятий медико-биологического обеспечения и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>Практическое задание: Разработка алгоритмов мероприятий антидопингового сопровождения подготовки спортсменов сборной команды России по тхэквондо в годовичном макроцикле и олимпийском цикле.</p>	2
	<p>Занятие №39. Технология оценки результативности мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения: 1. Критерии результативности системы медико-биологического и медицинского обеспечения 2. Способы оценки результативности углубленного медицинского обследования (УМО) спортсменов сборной команды России по тхэквондо. 3. Способы оценки результативности текущего врачебного контроля спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p>	2
	<p>Занятие №40.</p> <p>Технология оценки результативности мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки спортсменов сборной команды России.</p> <p>Вопросы для обсуждения: Содержание процесса оценки результативности мероприятий медико-биологического контроля спортсменов сборной команды России и последовательность их реализации. Факторы, предопределяющие алгоритм оценки эффективности медико-биологического контроля спортсменов сборной команды России.</p>	2
	<p>Занятие №41. Система медико-биологического сопровождения тренировочного процесса. Понятие о системе медико-биологического сопровождения тренировочного процесса, ее цель, задачи и методы исследования. Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) в системе медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов. Современное состояние ИКТ в системе медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов. Т</p> <p>Технология оценки результативности мероприятий медико-биологического контроля и антидопингового сопровождения подготовки высококвалифицированных спортсменов сборной команды России.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p>	2

	<p>Генетические маркеры в прогнозировании высоких спортивных достижений.</p> <p>Содержание процесса оценки результативности антидопинговых мероприятий со спортсменами сборной команды России и последовательность их реализации.</p> <p>Факторы, предопределяющие алгоритм оценки эффективности антидопингового сопровождения подготовки спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p>	
	<p>Занятие №42. Физиологический мониторинг в системе медико-биологического сопровождения тренировочного процесса. Понятие о физиологическом мониторинге в системе медико-биологического сопровождения тренировочного процесса. Виды контроля в системе физиологического мониторинга: этапный, текущий, оперативный. Цель, задачи и организация этапного, текущего, оперативного видов контроля. Индивидуальная программа медико-биологического сопровождения тренировочного процесса. Практическое значение организации различных видов контроля в системе медико-биологического сопровождения тренировочного процесса. Прогнозирование спортивного результата на основе мониторинга функционального состояния организма спортсмена. Функциональное состояние кардио респираторной системы спортсмена и роль оценки ее параметров для прогнозирования спортивного результата в различных видах спорта. Современные методы и методики для оценки функционального состояния организма спортсмена в процессе занятий физической культурой и спортом. Комплексное обследование функционального состояния организма спортсменов в зависимости от этапа тренировочного цикла.</p> <p>Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</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 №43. Медико-биологические характеристики функционального состояния спортсмена. Понятие о физиологических резервах организма, их характеристика и классификация. Адаптационные возможности организма и их пределы. Аэробные и анаэробные возможности организма и их значение в формировании работоспособности организма. Факторы, определяющие индивидуальный уровень аэробных возможностей организма.</p> <p>Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Тип телосложения как критерий спортивной ориентации, отбора и прогнозирования высоких результатов. 2. Методы оценки биоэлектрической активности головного мозга и их использование в спортивной практике. 3. Взаимосвязь между морфофункциональными особенностями организма и уровнем достижений в спорте как одна из основ прогнозирования спортивного совершенствования. 4. Моделирование и прогнозирование в спорте.</p>	2

	Направленность и технология разработки рекомендаций по коррекции мероприятий, направленных на профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки.	
	<p>Занятие №44. Хронобиологические аспекты адаптации организма спортсмена к соревновательным и тренировочным нагрузкам. Роль фактора времени в спортивной деятельности. Временная организация функций организма. Оптимальные часы работоспособности спортсмена. Хронотип спортсмена и его значение для индивидуализации тренировочного процесса. Смена поясного времени и его влияние на организм спортсмена. Эндогенные и экзогенные ритмы. Адаптация к изменению ритмов внешней среды. Физиологические механизмы ритмогенеза. Суточные и сезонные ритмы функций организма. Циркадианный ритм – основа цикла: сон и бодрствование. Возрастные изменения и биологическое значение сна. Возможности биоритмологической адаптации человека. Перемещение по временным зонам.</p> <p>Содержание рекомендаций по коррекции мероприятий медико-биологического обеспечения подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Практическое задание: Разработка рекомендаций по коррекции мероприятий, направленных на профилактику иммунодефицита с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки.</p>	2
	<p>Занятие №45.</p> <p>Типологические особенности адаптации спортсмена. Индивидуально-типологические особенности спортсменов и их учет в тренировочном процессе. Функциональные асимметрии спортсмена. Индивидуальный профиль асимметрии спортсмена в процессе адаптации к специфической мышечной деятельности</p> <p>Практическое задание: Разработка рекомендаций по коррекции мероприятий, направленных на сохранение и повышение работоспособности высококвалифицированных с учетом индивидуальных особенностей и тренировочной нагрузки различных этапов подготовки.</p>	2

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
<i>1 семестр</i>		
1	Лекция № 1. Методологические аспекты построения теории и современных знаний в системе подготовки спортсменов в тхэквондо. Нано технологии и инновационные методики спортивной тренировки в ИВС (тхэквондо).	2

	Роль и место научного обеспечения в процессе подготовки спортивного резерва и спортсменов высшей квалификации. 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 семестр		
1	Лекция № 1 Современная система подготовки спортивного резерва в тхэквондо	2
2	Лекция № 2. Основы современной системы подготовки спортсменов в тхэквондо. 1. Алгоритм технико-тактической подготовки в тхэквондо на этапах многолетней спортивной подготовки, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва. 2. Характеристика структуры двигательных способностей (физических качеств) и требования к уровню их развития в тхэквондо, особенности их учета при реализации целевой комплексной программы подготовки спортивного резерва. 3. Алгоритм психологической подготовки в тхэквондо 4. Методики комплексной оценки психологического статуса и состояния готовности высококвалифицированного спортсмена на этапах многолетней подготовки.	2
3 семестр		
1	Лекция №1. Основные элементы мастерства высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо. 1. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо. 2. Алгоритм способов оценки соответствия уровня мастерства модельным показателям	2
2	Лекция № 2 Алгоритмизация способов проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу. 1. Тренировочные и соревновательные нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации по тхэквондо. 2. Модельные характеристики соревновательной деятельности спортсменов и способы оценки соответствия им. 3. Способы проектирования модельных показателей спортивного мастерства на перспективу. 4. Этапы подготовки сборной команды Российской Федерации по тхэквондо. 5. Тренировочные нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации по тхэквондо. 6. Соревновательные нагрузки спортсменов сборной команды Российской Федерации	2
4 семестр		
1	Лекция № 1. Планирование спортивной подготовки сборной команды Российской Федерации по тхэквондо	2
2	Лекция №2. План-схема годичного цикла подготовки спортсменов сборной команды Российской Федерации. Коррекция планов годичного цикла с учетом модельных характеристик и изменения правил соревнований.	2

<i>5 семестр</i>		
1	Лекция №1 Научно-методическое обеспечение подготовки в тхэквондо	2

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 тхэквондо с учетом существующих модельных показателей</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Информационные ресурсы НГУ им. П.Ф. Лесгафта и их значение в определении проблематики исследования 2. Определение возможности экстраполяции полученных результатов всю генеральную совокупность учащихся 3. Последовательность деятельности магистранта в процессе работы над диссертацией. 4. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных развитию физических качеств спортсменов различного уровня подготовленности 5. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных обучению и совершенствованию техники соревновательного упражнения 6. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных управлению предсоревновательной подготовкой спортсменов высших разрядов. <p>Вопросы семинара:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проблемы спорта высших достижений и особенности их проявления на современном этапе развития общества; - спортивная наука как инструмент объективизации в познании человеческих возможностей; - современные научные методики и технологии исследования высшего спортивного мастерства в тхэквондо; - направленность научных исследований в тхэквондо; - ретроспективный анализ результатов научных исследований по тхэквондо. 	2
2	<p>Занятие №2. Современные научные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка функционального состояния и технической подготовленности спортсменов с использованием современных средств и методов исследования 2. Теппинг тест – его суть и назначение 3. Время реакции как метод научного исследования 4. Реакция на движущийся объект (РДО) как метод научного исследования 5. PWC 170 – его суть и назначение 6. Степ тест– его суть и назначение 7. Пробы Штанге и Генчи – её суть и назначение 8. Ортостатическая проба – её суть и назначение 	

	9. Методы и организация оценки функционального состояния опорно-двигательного аппарата спортсменов 10. Методы и организация оценки функционального состояния кардиореспираторной системы спортсменов.	
3	Семинар №3. Современные научные подходы к поиску эффективных путей решения задач подготовки высококвалифицированных спортсменов в. Доклады по темам магистерских диссертаций (до 5 минут).	2
4	Занятие №4. 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	2
5	Занятие №5. Проблематика научных исследований в аспекте подготовки и выступлений на соревнованиях спортивных сборных команд в тхэквондо с учетом существующих модельных показателей Вопросы для обсуждения: Информационные ресурсы НГУ им. П.Ф.Лесгафта и их значение в определении проблематики исследования Определение возможности экстраполяции полученных результатов всю генеральную совокупность учащихся Последовательность деятельности магистранта в процессе работы над диссертацией. Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных развитию физических качеств спортсменов различного уровня подготовленности Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных обучению и совершенствованию техники соревновательного упражнения Тематика научно-исследовательских работ магистрантов, посвященных управлению предсоревновательной подготовкой Вопросы семинара: - проблемы спорта высших достижений и особенности их проявления на современном этапе развития общества; - спортивная наука как инструмент объективизации в познании человеческих возможностей; - современные научные методики и технологии исследования высшего спортивного мастерства в тхэквондо - направленность научных исследований; - ретроспективный анализ результатов научных исследований.	2
2 семестр		
1	Занятие №1. Содержание и особенности подготовки спортивного резерва в тхэквондо Тема семинара: Факторы, определяющие содержание и особенности подготовки спортивного резерва в тхэквондо.	2
2	Занятие №2. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в тхэквондо Тема семинара: Физическая и функциональная подготовленность спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки	2

3	<p>Занятие №3. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в тхэквондо</p> <p>Тема семинара: технико-тактическая подготовленность спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки.</p>	2
4	<p>Занятие №4. Модельные характеристики подготовленности и индивидуальные характеристики спортсменов высокого класса в тхэквондо</p> <p>Тема семинара: Интегральная подготовленность спортивного резерва и особенности ее формирования на различных этапах подготовки по тхэквондо</p>	2
5	<p>Занятие №5. Стандартные и рекордные результаты соревновательной деятельности, достигнутые спортсменами спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо</p> <p>Тема семинара: защита реферативной работы на избранную тему.</p>	2
6	<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</p>	2
7	<p>Занятие №7. Прогнозирование результативности соревновательной деятельности спортивного резерва на основе показателей мониторинга спортивного мастерства.</p> <p>Тема письменной работы: на основе обозначенных показателей мониторинга спортивного мастерства и представить в письменной форме прогноз результативности соревновательной деятельности.</p>	2
8	<p>Занятие №8. Прогнозирование результативности соревновательной деятельности спортивного резерва на основе показателей мониторинга спортивной подготовленности</p> <p>Тема письменной работы: разработка прогноза результатов соревновательной деятельности на дальнюю перспективу с учетом показателей спортивной подготовленности спортсменов и тенденций развития тхэквондо.</p>	2
9	<p>Занятие №9. Содержание, формы и процедура мониторинга подготовленности спортивного резерва</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание мониторинга подготовки спортивного резерва в тхэквондо; - критерии оценки функционального состояния органов и систем организма высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо - мониторинг скоростно-силовой подготовленности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо; - мониторинг оценки гибкости высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо; - мониторинг оценки координационной подготовленности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо; - мониторинг оценки индивидуальной технико-тактической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо. 	2
10	<p>Занятие №10. Содержание, формы и процедура мониторинга подготовленности спортивного резерва в тхэквондо</p> <p>Вопросы семинара:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формы проведения мониторинга подготовки спортивного резерва в тхэквондо; 	2

	<p>- процедура мониторинга подготовленности спортивного резерва в тхэквондо;</p> <p>- критерии оценки функционального состояния органов и систем организма высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо;</p> <p>- критерии оценки физической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо.</p>	
3 семестр		
1	<p>Занятие №1. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в в тхэквондо</p> <p>Анализ результативности соревновательной деятельности сборной команды России.</p> <p>Анализ результативности соревновательной деятельности спортивной сборной России в различных Олимпийских циклах.</p>	2
2	<p>Занятие №2. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов</p> <p>Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности.</p>	2
3	<p>Занятие №3. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>Определение модельных характеристик соревновательной деятельности.</p>	2
4	<p>Занятие №4. Модельные характеристики мастерства высококвалифицированных спортсменов и способы оценки соответствия им в тхэквондо</p> <p>Методический разбор модельных характеристик соревновательной деятельности</p>	2
4 семестр		
1	<p>Занятие №1 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Особенности деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>2. Задачи и порядок взаимодействия в спортивных организациях, осуществляющих спортивную подготовку сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>3. Особенности методического, научно-методического и кадрового обеспечения спортивной подготовки сборной команды.</p>	2
2	<p>Занятие №2 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Организационная структура спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Отличительные особенности организации спортивной подготовки молодежной и основной сборной команды РФ по тхэквондо .</p>	2
3	<p>Занятие №3 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности подготовки спортивных сборных команд по тхэквондо 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>Опыт подготовки высококвалифицированных спортсменов за рубежом.</p>	2

	Пути совершенствования организационной структуры спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо с учетом современных тенденций развития спорта.	
4	<p>Занятие №4 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Направленность тренировочных сборов при реализации задач централизованной подготовки высококвалифицированных спортсменов. 2. Техническое оснащение залов для учебно-тренировочных занятий сборной команды России по тхэквондо. 3. Виды тренажеров и оборудования, используемых в тренировке спортсменов сборной команды России по тхэквондо. 	2
5	<p>Занятие №5. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности формирования эффективной системы информационно-аналитического обеспечения процессов развития спорта высших достижений. 2. Система информационно-аналитического обеспечения процесса подготовки в тхэквондо. 3. Особенности применения компьютерных информационных технологий в тренировке сборной команды России. 4. Компьютерная диагностика и мониторинг. 	2
6	<p>Занятие №6 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Экипировка спортивного резерва в тхэквондо. 2. Система финансирования подготовки спортивного резерва тхэквондо. 	2
7	<p>Занятие №7 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Факторы безопасности проведения занятий в тхэквондо.</p> <p>Типичные травмы, их причины и меры их предупреждения.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Направленность рекомендаций по профилактике травматизма и перегрузок спортсменов сборной команды России по тхэквондо. 	2
8	<p>Занятие №8 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Задачи организационно-педагогического обеспечения занятий. 2. Система повышения квалификации специалистов по избранному виду спорта. 3. Организационные формы централизованной подготовки в избранном виде спорта. 	2
9	<p>Занятие №9 Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Непрерывный процесс подготовки спортивного резерва.</p> <p>Пути реализации программ спортивной подготовки с последовательным переводом спортсменов с одного этапа спортивной подготовки на другой, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по тхэквондо.</p> <p>Процесс построения спортивной подготовки сборной команды на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	2

10	<p>Занятие №10 Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <p>Единая педагогическая система, обеспечивающая рациональную преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки. Совокупность методологических и организационно-методических установок, подбор и порядок применения средств, методов, организационных форм, материально-технического обеспечения занятий, составление тренировочной документации.</p> <p>Стратегия, тактика и техника организации процесса спортивной подготовки.</p> <p>Характеристика компонентов целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды и их взаимосвязи.</p> <p>Процедура коррекции процесса подготовки на основе учета результативности соревновательной деятельности спортсменов сборной команды.</p> <p>Управление предсоревновательной и соревновательной подготовкой в сборной команде Российской Федерации.</p>	2
5 семестр		
1	<p>Занятие №1 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Особенности деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>2. Задачи и порядок взаимодействия в спортивных организациях, осуществляющих спортивную подготовку сборной команды России по тхэквондо.</p> <p>3. Особенности методического, научно-методического и кадрового обеспечения спортивной подготовки сборной команды.</p>	2
2	<p>Занятие №2 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Организационная структура спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Отличительные особенности организации спортивной подготовки молодежной и основной сборной команды РФ по тхэквондо.</p>	2
3	<p>Занятие №3 Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Особенности подготовки спортивных сборных команд по тхэквондо и спортивно-боевым единоборствам 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>	4
4	<p>Занятие №4. Опыт и специфика подготовки высококвалифицированных спортсменов за рубежом.</p> <p>Пути совершенствования организационной структуры спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо с учетом современных тенденций развития спорта.</p>	6
5	<p>Занятие №5. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p>	4

	<p>1. Направленность тренировочных сборов при реализации задач централизованной подготовки высококвалифицированных спортсменов.</p> <p>2. Техническое оснащение залов для учебно-тренировочных занятий сборной команды России по тхэквондо и спортивно-боевым единоборствам.</p> <p>3. Виды тренажеров и оборудования, используемых в тренировке спортсменов сборной команды России по тхэквондо и спортивно-боевым единоборствам.</p>	
6	<p>Занятие №6. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</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 тхэквондо.</p> <p>3. Особенности применения компьютерных информационных технологий в тренировке сборной команды России.</p> <p>4. Компьютерная диагностика и мониторинг.</p>	4
7	<p>Занятие №7. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Экипировка спортивного резерва в тхэквондо.</p> <p>2. Система финансирования подготовки спортивного резерва тхэквондо.</p>	2
8	<p>Занятие №8. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Факторы безопасности проведения занятий в тхэквондо.</p> <p>Типичные травмы, их причины и меры их предупреждения.</p> <p>3. Направленность рекомендаций по профилактике травматизма и перегрузок спортсменов сборной команды России по тхэквондо.</p>	2
9	<p>Занятие №9. Организационно–управленческие аспекты подготовки спортивной сборной команды Российской Федерации по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Задачи организационно-педагогического обеспечения занятий.</p> <p>2. Система повышения квалификации специалистов по избранному виду спорта.</p> <p>3. Организационные формы централизованной подготовки в избранном виде спорта.</p>	2
10	<p>Занятие №10. Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>Непрерывный процесс подготовки спортивного резерва.</p> <p>Пути реализации программ спортивной подготовки с последовательным переводом спортсменов с одного этапа спортивной подготовки на другой, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по тхэквондо.</p> <p>Процесс построения спортивной подготовки сборной команды на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	2
11	<p>Занятие №11. Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Вопросы для семинара:</p> <p>Единая педагогическая система, обеспечивающая рациональную преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки.</p>	2

	<p>Совокупность методологических и организационно-методических установок, подбор и порядок применения средств, методов, организационных форм, материально-технического обеспечения занятий, составление тренировочной документации.</p> <p>Стратегия организации процесса спортивной подготовки.</p> <p>Характеристика компонентов целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды и их взаимосвязи.</p> <p>Процедура коррекции процесса подготовки на основе учета результативности соревновательной деятельности спортсменов сборной команды.</p> <p>Управление предсоревновательной и соревновательной подготовкой в сборной команде Российской Федерации.</p>	
	<p>Занятие №13. Содержание целевой комплексной программы подготовки спортсменов сборной команды по тхэквондо.</p> <p>Практическое задание: Технология планирования и реализации соревновательной деятельности спортсменов сборной команды Российской Федерации .</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. Бакулев, С.Е. Теория и практика прогноза успешности в ударных единоборствах : [монография] / С.Е. Бакулев ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : Изд-во Политехнического университета, 2018. — 247 с. : ил. — Библиогр.: с. 224-233. — ISBN 978-5-7422-6109-4.

4. Михайлова, Д. А. Технологии освоения дисциплины «Теория и методика спорта высших достижений» : учебное пособие для вузов / Д. А. Михайлова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 124 с. — ISBN 978-5-8114-8903-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/208559>.

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. — Электрон. дан. (1 файл) : ил. — Режим доступа:

Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. — Библиогр.: с. 104-106. — Текст : электронный.

6. Основы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов. Настольная книга тренера : [монография] / под редакцией Г. А. Макаровой. — Москва : ПРИНТЛЕТО, 2022. — 511 с. : ил. — Библиогр.: с. 498–511. — ISBN 978-5- 6047734-3-7.

7. Павленко, А.В. Содержание и организационно-методическое обеспечение тренировочного процесса на этапе начальной подготовки в тхэквондо : учебное пособие / А.В. Павленко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2021. — 259 с. : табл. — Библиогр.: с. 256–259. — ISBN 978-5-7422-7488-9.

8. Симаков, А.М. Интегральная подготовка тхэквондистов на начальном этапе учебно-тренировочного процесса : [учебное пособие] / А.М. Симаков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2014. — 172 с. : ил. — Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры. — Библиогр.: с. 142-160. — ISBN 978-5-7422-4447-9

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.

Дополнительная литература:

1. Асобина, Т.В. Подготовка к аттестации на белый пояс по тхэквондо : учебное пособие / Т.В. Асобина, Л.И. Ермакова. — Москва : КноРус ; Пятигорск : Изд-во Пятигор. гос. лингвист. ун-та, 2021. — 97 с. : ил. — (Технологии современного досуга российской молодежи). — ISBN 978-5-406-05023-1.

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. Менеджмент подготовки спортсменов к Олимпийским играм : [монография] / С.Н. Бубка, М.М. Булатова, Т.К. Есентаев [и др.] ; под ред. С. Н. Бубки, В. Н. Платонова. — Москва : Спорт, 2019. — 478, [1] с. : ил. — Библиогр.: с. 467-479. — ISBN 978-5-9500183-4-3.

4. Мирошников, А. Б. Питание в тхэквондо : учебное пособие / А. Б. Мирошников, М. В. Максимов, А. В. Смоленский. — Москва : Спорт-Человек, 2024. — 388 с. — ISBN 978-5-907601-48-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/386099>.

5. Павленко, А.В. Методика формирования базового технического арсенала на этапе начальной подготовки в тхэквондо : учебное пособие / А.В. Павленко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2013. — 129 с. : ил. — Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры. — Библиогр.: с. 127-129. — ISBN 978-5-7422-4060-0.

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. Симаков, А.М. Интегральная подготовка тхэквондистов юношей 9-10 лет на основе моделирования соревновательной деятельности в подвижных играх : учебное пособие / А.М. Симаков ; Национальный государственный университет физической культуры,

спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. — Электрон. дан. (1 файл) : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

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. 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

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 оффис

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, видеомагнитофон, 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.

Авторы-разработчики:

Павленко А. В. заведующий кафедрой, канд. пед. наук, доцент;

Ушканова С.Г., канд.пед.наук

Авторы-разработчики

_____ (подпись)

_____ (ФИО, ученое звание, ученая степень, должность)